

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN
FACULTAD DE ARQUITECTURA
DIVISION DE ESTUDIOS DE POSGRADO E INVESTIGACIÓN



TESIS

**ESPACIOS PÚBLICOS AL AIRE LIBRE Y ENVEJECIMIENTO
ACTIVO EN EL ÁREA METROPOLITANA DE MONTERREY**

PRESENTA

M.D.D.P. DORA ELENA CANO GUTIÉRREZ

PARA LA OBTENCIÓN DEL GRADO DE DOCTOR EN FILOSOFÍA CON
ORIENTACIÓN EN ARQUITECTURA Y ASUNTOS URBANOS

COMITÉ TUTORIAL

DIRECTOR: DR. DIEGO SÁNCHEZ GONZÁLEZ

CODIRECTORA: DRA. NORA LIVIA RIVERA HERRERA

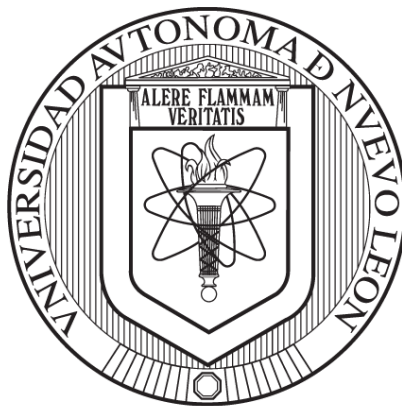
SAN NICOLÁS DE LOS GARZA, N.L.

DICIEMBRE DE 2020.

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACULTAD DE ARQUITECTURA

SUBDIRECCIÓN DE ESTUDIOS DE POSGRADO E INVESTIGACIÓN



**ESPACIOS PÚBLICOS AL AIRE LIBRE Y ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN EL ÁREA
METROPOLITANA DE MONTERREY**

M.D.D.P. DORA ELENA CANO GUTIÉRREZ

COMITÉ TUTORIAL

DIRECTOR: DR. DIEGO SÁNCHEZ GONZÁLEZ

CODIRECTOR: DRA. NORA LIVIA RIVERA HERRERA

SAN NICOLÁS DE LOS GARZA, N.L.

DICIEMBRE DE 2020.

DEDICATORIAS

Con todo mi amor a mis hijos: Sofía Villarreal Cano y Roberto Villarreal Cano.

Para ellos y para todos ustedes que, con su esfuerzo, ayuda o apoyo hicieron posible llevar a buen término este maravilloso proyecto. Este proyecto es también de todos ustedes.

Para todos los que tenemos la fortuna de haber llegado a la tercera edad, les invito a vivirla y disfrutarla. Es una época llena de felicidad y realización que espera que vayamos por ellas, iniciando con un simple paseo por los espacios públicos al aire libre del barrio en que vivimos.

ÍNDICE DE CONTENIDO

	Página
I. INTRODUCCIÓN	28
I. 1. Planteamiento del problema	31
I. 2. Preguntas de investigación.	31
I. 3. Objeto y sujeto de estudio	32
I. 4. Justificación	33
I. 5. Objetivos	33
I. 6. Hipótesis	34
 Parte 1: Argumentación teórica	 35
Capítulo I: Marco teórico y conceptual	35
1. 1. Envejecimiento activo y saludable	35
1.1.1 El envejecimiento activo y saludable en los foros de la OMS y la ONU	35
1.1.2 Actividad física, salud y bienestar en el envejecimiento activo desde el ámbito de la investigación científica	45
1. 2 Los espacios públicos y el envejecimiento activo	46
 Parte 2: Argumentación metodológica	 54
Capítulo II: Metodología	54
2.1. Diseño y enfoque de la investigación.	54
2.1.1 Instrumentos	54
2.1.2 Variables	54
2.1.3 Importancia	54
2.2 Determinación del área de estudio	54
2.3 Determinar el tamaño de la muestra	58
2.4 Diseño de la encuesta	60
2.5 Distribución de la muestra definitiva	61
2.6 Método de análisis	62

Parte 3: Análisis e interpretación de resultados	63
Capítulo III: Características sociodemográficas de las personas mayores encuestadas	63
3.1. Introducción	63
3.2. Sexo y edad	63
3.3. Estado civil	69
3.4. Distribución espacial	72
3.5. Situación laboral de los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey	74
Capítulo IV: Estado de salud y ayuda requerida de las personas mayores encuestadas	95
4.1. Introducción	95
4.2. Como perciben su salud los adultos mayores entrevistados	96
4.3. Características de la morbilidad de las personas mayores encuestadas	105
4.4. La acumulación de los problemas de salud, de los adultos mayores en el Área Metropolitana de monterrey	108
4.5. El consumo de medicamentos de los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey	116
4.6. Los adultos mayores y la ingesta de alcohol	123
4.7. Necesidad de ayuda para pasear en los espacios públicos al aire libre	127
4.8. Acceso y uso de los espacios públicos al aire libre para los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey	132
4.8.1 Frecuencia de visita a los adultos mayores por parte de sus familiares	132
4.9. Sensación de soledad de los adultos mayores encuestados	136
4.10. Años viviendo en el barrio para los adultos mayores	140
4.11. La calidad de vida en su barrio	143
4.12. La relación con los vecinos	147

4.13.	Los adultos mayores y sus mascotas	151
Capítulo V: Actividades cotidianas en el espacio público		155
5.1.	Introducción.	155
5. 2.	Lo que opinan los adultos mayores de pasear	156
5. 3.	Los principales motivadores de los adultos mayores para pasear en su barrio.	163
5. 4.	Frecuencia con que los adultos mayores pasean en su barrio	167
5. 5.	Importancia que tiene para la salud salir a pasear para los adultos mayores.	172
5. 6.	Proximidad del hogar de los mayores respecto a los lugares para pasear	177
5. 7.	¿Con quién salen a pasear los adultos mayores?	184
5. 8.	Los tipos de espacios para pasear que existen en la proximidad de los hogares de los mayores	190
5.9.	Familiaridad de los adultos mayores con los espacios para pasear en la proximidad de sus hogares.	194
Capítulo VI: Ambiente físico-social del entorno público y los adultos mayores.		198
6. 1.	Como prefieren la consistencia de las superficies en que caminan los adultos mayores	200
6. 2.	La percepción que tienen los adultos mayores que viven en el Área Metropolitana de Monterrey acerca del barrio en que viven	204
6. 3.	Las aceras de los espacios públicos	210
6. 4.	La señalética urbana en la opinión de los adultos mayores	216
6. 5.	Servicios públicos en los barrios en que habitan los	221

adultos mayores

6. 6.	Actividades en el tiempo de ocio	226
6. 7.	Elementos que mejorarían la vida de los adultos mayores en la opinión de ellos mismos	233
6. 8.	Actividades comunitarias en que participan los adultos mayores	239
6. 9.	Principales reivindicaciones de los adultos mayores sobre los espacios públicos al aire libre para pasear	244
Capítulo VII:	Infraestructuras, equipamientos y servicios en el vecindario	256
7.1.	Existen lugares para hacer compras cerca de la casa de los mayores	257
7.2.	Las distancias que hay que recorrer a pie desde su casa hasta las áreas para hacer compras	260
7.3.	Facilidad para acceder al transporte público	265
7.4.	Pendientes	270
7.5.	Barreras ambientales en el vecindario	274
7.6.	La desconectividad urbana	277
7.7.	Banquetas	282
7.8.	Senderos pavimentados en los parques	286
7.9	Senderos para bicicletas y peatones en los parques	289
7.10.	Mal estado de las banquetas y senderos	293
7.11.	Limpieza de banquetas y senderos	300
7.12.	Seguridad al andar en bicicleta o caminar en los barrios de los mayores	305
7.13.	Árboles en las calles	309
7.14.	Localización de los árboles en el espacio público al aire libre	314

7.15.	Actividad de los vecindarios	318
7.16.	Limpieza en los barrios	323
7.17.	Solidaridad de los vecinos	326
7.18.	Atractivos naturales en los barrios	330
7.19.	Paisajes atractivos en los barrios de los mayores	335
7.20.	Asientos públicos para descansar	339
7.21.	Resguardos para el sol y la lluvia en los barrios de los mayores	344
7.22.	Servicios de auxilio en los barrios de los mayores	349
7.23.	Teléfonos públicos en los barrios	353
7.24.	El tráfico vehicular dificulta y hace desagradable caminar en los barrios de los mayores	357
7.25.	La velocidad del tráfico en los barrios	360
7.26.	La velocidad vehicular excesiva en los barrios	364
7.27.	Iluminación en el espacio público	368
7.28.	Peatones y ciclistas en los barrios	372
7.29.	Hay cruces peatonales para ayudar a los caminantes a cruzar las calles en los barrios de los mayores	376
7.30.	Contaminación en los barrios	380
7.31.	Inseguridad ciudadana en los barrios	385
7.32.	Criminalidad en los barrios	390
7.33.	Percepción de seguridad en los barrios	397
7.34.	Rejas y bardas	402
7.35.	Opinión sobre el uso de rejas y bardas en el barrio	406
7.36.	Los juegos infantiles en los parques públicos	411
7.37.	Espacios físicos destinados al deporte	415
Parte 4: ANÁLISIS DE LOS FACTORES FÍSICOS Y SOCIALES		
	DE LOS ESPACIOS PÚBLICOS AL AIRE LIBRE	419
PARTE 5: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES		424
	<i>Bibliografía</i>	431

Anexos	463
I. Formato de cuestionario	463
II. Tabulación de resultados del pilotaje	469
III. Tabla de correlaciones	470
IV. Análisis de componentes principales. Factors Score	471
V. Matriz de autores seleccionados	475
VI. Matriz de operacionalización de variables	481
VII. Sumario de los principales autores y las características de sus trabajos	484

Índice de figuras

Figura	Título	Página
Parte 2:	Argumentacion metodológica	54
Figura 2.1	Mapa del Área Metropolitana de Monterrey	55
Figura 2.2	Mapa del municipio de Ciudad de Monterrey, N. L. que muestra las áreas verdes que existen en él	56
Figura 2.3	Mapa del municipio de Ciudad Guadalupe, N. L. que muestra las áreas verdes que existen en él	57
Figura 2.4	Mapa del municipio de San Nicolás de los Garza, N. L. que muestra las áreas verdes que existen en él.	57
Parte 3:	Análisis e interpretación de resultados	63
Figura 3.1.	Mapa del porcentaje de personas de 60 a 74 años según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	64
Figura 3.2.	Mapa del porcentaje de personas de 75 y más años según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	65
Figura 3.3.	Mapa del porcentaje de mujeres de 60 y más años según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017.	66
Figura 3.4.	Distribución según sexo de las personas de 60 años o más,	67

	encuestadas en los tres municipios: Ciudad Guadalupe, San Nicolás de los Garza y Monterrey	
Figura 3.5.	Gráfica de distribución según sexo y estado civil de las personas de 60 años o más, encuestadas en los tres municipios: Ciudad Guadalupe, San Nicolás de los Garza y Monterrey.	70
Figura 3.6.	Gráfica de la distribución del estado civil respecto al rango de edad y al sexo, encuestadas en los tres municipios: Ciudad Guadalupe, San Nicolás de los Garza y Monterrey	71
Figura 3.7.	Gráfica de la distribución de la frecuencia de sexo, respecto a la labor ejercida durante la mayor parte de la vida laboral	76
Figura 3.8.	Mapa de la concentración del porcentaje de obreros no calificados de 60 y más años según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	76
Figura 3.9.	Mapa de la distribución del porcentaje de adultos mayores que ayudan en casa según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	80
Figura 3.10.	Gráfica de la distribución de la frecuencia de sexo, respecto a su situación laboral actual	81
Figura 3.11.	Gráfica de la distribución del grupo de edad, respecto a las personas con quienes habitan los mayores	91
Figura 3.12.	Gráfica de la distribución de la frecuencia de sexo, respecto a su situación laboral actual	91
Figura 3.13.	Gráfica de la Distribución de la población de 60 y más años, según percepción de su estado de salud, Monterrey, 2017	97
Figura 3.14.	Distribución poblacional de 60 y más años, según percepción de su estado de salud de acuerdo con su rango de edad, Monterrey, 2017	99
Figura 3.15.	Distribución de la población de 60 y más años, según percepción de su estado de salud, Monterrey, 2017	100
Figura 3.16.	Los adultos mayores, según percepción de su estado de salud y las personas con quienes viven, Monterrey, 2017	101

Figura 3.17.	Los mayores, percepción de su estado de salud y labor ejercida la mayor parte de su vida laboral	102
Figura 3.18.	Los mayores, percepción de su estado de salud y situación laboral actual	103
Figura 3.19.	Porcentaje de mayores varones o mujeres, en relación con las enfermedades frecuentes de la tercera edad	107
Figura 3.20.	Distribución de la población de 60 y más años, según la acumulación de problemas de salud, Monterrey, 2017	109
Figura 3.21.	Acumulación de problemas de salud en mujeres mayores por rango de edad	110
Figura 3.22.	Frecuencia de acumulación de enfermedades en los mayores por grupo de edad	112
Figura 3.23.	Acumulación de enfermedades en los mayores respecto a su estado civil	113
Figura 3.24.	Acumulación de enfermedades en los mayores, respecto a la labor ejercida durante su vida laboral	113
Figura 3.25.	Los mayores según situación laboral actual, respecto a su número de enfermedades	114
Figura 3.26.	Los mayores y la frecuencia de ingesta de medicamentos	118
Figura 3.27.	Frecuencia de ingesta de medicamentos, de acuerdo con el sexo de los mayores	118
Figura 3.28.	Distribución de la población de mujeres de 60 y más años, según la frecuencia de ingesta de medicamentos, Monterrey, 2017	119
Figura 3.29.	Frecuencia de ingesta de medicamentos por los mayores respecto a su estado civil	120
Figura 3.30.	Frecuencia de ingesta de medicamentos por los mayores, de acuerdo con la profesión que ejercieron la mayor parte de sus vidas	120
Figura 3.31.	Los mayores, la frecuencia de ingesta de medicamentos de acuerdo con su situación laboral actual	121

Figura 3.32.	Distribución de la población de 60 y más años, según sexo y consumo de alcohol, Monterrey, 2017	123
Figura 3.33.	Frecuencia de consumo de alcohol, respecto al rango de edad de los mayores	124
Figura 3.34.	Consumo de alcohol según INEGI en relación con índices personas con conductas antisociales en relación con la ingesta de alcohol	125
Figura 3.35.	Necesidad de ayuda para pasear en los espacios públicos, respecto al sexo de los mayores	129
Figura 3.36.	Necesidad de los mayores de ayuda para pasear respecto al estado civil de los mismos. Monterrey 2017	130
Figura 3.37	Frecuencia de visitas que reciben los mayores, según su sexo, Monterrey, 2017	133
Figura 3.38.	Frecuencia de visitas que reciben los mayores, según su estado civil, Monterrey, 2017.	134
Figura 3.39.	Los mayores y su sensación de soledad acorde a su sexo, Monterrey 2017	137
Figura 3.40.	Los mayores y su sensación de soledad acorde a su rango de edad, Monterrey 2017	137
Figura 3.41.	Los mayores, y su sensación de soledad acorde a su estado civil, Monterrey, 2017	138
Figura 3.42.	Los mayores y su tiempo de permanencia en el lugar Monterrey, 2017	140
Figura 3.43.	Los mayores y su percepción de la calidad de vida de su barrio, de acuerdo con su sexo, Monterrey, 2017	145
Figura 3.44.	Los adultos mayores, la relación con sus vecinos, según su sexo, Monterrey, 2017.	147
Figura 3.45.	Los adultos mayores, la relación con sus vecinos según su rango de edad, Monterrey, 2017.	148
Figura 3.46.	Los adultos mayores y sus mascotas, según su sexo, Monterrey, 2017	152

Figura 3.47.	La actividad de pasear en la opinión de los adultos mayores según su sexo, Monterrey, 2017	157
Figura 3.48.	Porcentaje de adultos mayores que consideran importante pasear, por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	161
Figura 3.49.	Porcentaje de adultos mayores que no consideran importante pasear, por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	162
Figura 3.50.	Distribución de la población de 60 y más años, según los motivos para pasear acorde a su sexo, Monterrey, 2017	165
Figura 3.51.	Distribución de la población de 60 y más años, según la frecuencia con que pasean de acuerdo con su sexo, Monterrey, 2017	168
Figura 3.52.	Porcentaje de adultos mayores que pasean con frecuencia, según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	170
Figura 3.53.	Porcentaje de adultos mayores que no pasean con frecuencia, según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	171
Figura 3.54.	Distribución de la población de 60 y más años, según la importancia que dan a pasear, Monterrey, 2017	173
Figura 3.55.	Porcentaje de adultos mayores que si consideran que es importante pasear para la salud, según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017.	175
Figura 3.56.	Porcentaje de adultos mayores que no consideran que es importante pasear para la salud, según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	176
Figura 3.57.	Distribución de la población de 60 y más años, según la proximidad respecto al hogar de los lugares para pasear, Monterrey, 2017.	180
Figura 3.58.	Adultos mayores que cuentan con lugares para pasear a menos de 4 calles de su hogar % por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	181
Figura 3.59.	Adultos mayores que cuentan con lugares para pasear a	182

	más de 4 calles de su hogar % por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	
Figura 3.60.	Adultos mayores que no cuentan con lugares para pasear en sus barrios por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	183
Figura 3.61.	Distribución de la población de 60 y más años, según con quienes sales a pasear, Monterrey, 2017	185
Figura 3.62.	Distribución de la población de 60 y más años, según con quienes sales a pasear y su rango de edad, Monterrey, 2017	187
Figura 3.63.	Distribución de la población de 60 y más años, según con quienes sales a pasear y su estado civil, Monterrey, 2017	188
Figura 3.64.	Distribución de la población de 60 y más años, según el tipo de espacio que utilizan para pasear cerca de su barrio, Monterrey, 2017	191
Figura 3.65.	Distribución de la población de 60 y más años, según el tipo de espacio que utilizan para pasear cerca de su barrio, Monterrey, 2017	192
Figura 3.66.	Distribución de la población de 60 y más años, según la familiaridad de los adultos mayores con los espacios para pasear de acuerdo con su sexo, Monterrey, 2017	196
Figura 3.67.	Distribución de la población de 60 y más años, según prefieren la constitución de las superficies para caminar de acuerdo con su sexo, Monterrey, 2017	202
Figura 3.68.	Distribución de la población de 60 y más años, según la manera en que perciben su barrio en relación con su sexo, Monterrey, 2017	208
Figura 3.69.	Distribución de la población de 60 y más años, según perciben las aceras de sus barrios, en relación con su sexo, Monterrey, 2017	214
Figura 3.70.	Distribución de la población de 60 y más años, según su sexo, en relación con la señalética urbana, Monterrey, 2017	219
Figura 3.71.	Distribución de la población de 60 y más años, según	225

	los servicios públicos que están señalados en los barrios en que habitan, Monterrey, de acuerdo a su sexo 2017	
Figura 3.72.	Actividades en que utilizan los adultos mayores su tiempo de ocio, de acuerdo con su sexo. Monterrey, 2017	232
Figura 3.73.	Elementos que mejorarían la vida de los adultos mayores en la opinión de ellos mismos, de acuerdo con su sexo. Monterrey, 2017	238
Figura 3.74.	Actividades en que utilizan los adultos mayores su tiempo de ocio, de acuerdo con su sexo. Monterrey, 2017	242
Figura 3.75.	Actividades en que utilizan los adultos mayores su tiempo de ocio, de acuerdo con su condición laboral actual, Monterrey, 2017	243
Figura 3.76.	En los espacios dedicados para pasear en la proximidad de sus hogares, los adultos mayores piensan que deberían de existir, de acuerdo con su sexo. Monterrey, 2017	246
Figura 3.77.	Facilidad que tienen los mayores para acceder al transporte público, en relación con su sexo. Monterrey, 2017	268
Figura 3.78.	Actividades en que utilizan los adultos mayores su tiempo de ocio, de acuerdo con su sexo. Monterrey, 2017	273
Figura 3.79.	Hay obstáculos y pocas rutas alternativas, en relación con el sexo de los mayores, Monterrey, 2017	276
Figura 3.80.	Los callejones sin salida en los barrios de los adultos, en relación con, el sexo de los mayores. Monterrey, 2017	380
Figura 3.81.	Las Banquetas que existentes en los barrios de los mayores, en relación con su sexo, Monterrey, 2017	285
Figura 3.82.	Las banquetas y caminos en que hay rupturas y pozos que dificultan caminar a los mayores. En relación con su sexo, Monterrey, 2017	296
Figura 3.83.	Adultos mayores que habitan en lugares con pozos y rupturas en las banquetas y caminos, % por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	299

Figura 3.84.	Banquetas y caminos con hierba y basura que dificultan caminar en los barrios de los mayores, en relación con su sexo, Monterrey, 2017	303
Figura 3.85.	Adultos mayores habitan en lugares con banquetas y caminos con hierba y basura que dificultan caminar, en los barrios de los mayores. % por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	304
Figura 3.86.	Seguridad al andar en bicicleta o caminar en los barrios de los mayores, en relación con su sexo, Monterrey, 2017	308
Figura 3.87.	Adultos mayores habitan en lugares con banquetas y caminos sin árboles. % por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	313
Figura 3.88.	Existencia de cosas interesantes, en los barrios de los mayores de acuerdo a su sexo, Monterrey, 2017	322
Figura 3.89.	Atractivos naturales, en los barrios de los mayores, en relación a su sexo, Monterrey, 2017	333
Figura 3.90.	Adultos mayores habitan en lugares sin atractivos naturales. Porcentajes por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	334
Figura 3.91.	Bancas en los barrios de los mayores, de acuerdo con su sexo, Monterrey, 2017	342
Figura 3.92.	Adultos mayores habitan en lugares que carecen de bancas en las áreas para pasear. Porcentaje por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	343
Figura 3.93.	Resguardos para el sol y la lluvia los barrios de los mayores, en relación con su sexo, Monterrey, 2017	347
Figura 3.94.	Servicios de auxilio en los barrios de los mayores, en relación a su sexo, Monterrey, 2017	352
Figura 3.95.	Los caminantes y ciclistas en las calles de los barrios de los mayores pueden ser vistos con facilidad desde los hogares de los vecinos., en relación con su sexo, Monterrey, 2017	375

Figura 3.96.	Hay cruces peatonales para ayudar a los caminantes a cruzar las calles en los barrios de los mayores., en relación con su rango de edad. Monterrey, 2017	378
Figura 3.97.	La tasa de criminalidad en los barrios de los mayores, en relación con su rango de edad, Monterrey, 2017	388
Figura 3.98.	La tasa de criminalidad en los barrios de los mayores y la inseguridad para transitar en ellos por la noche, en relación con el sexo de los de 60 y más, Monterrey, 2017	394
Figura 3.99.	Adultos mayores habitan en lugares en que la criminalidad impide pasear en la noche. Porcentaje por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017	396
Figura 3.100.	La seguridad en los barrios de los mayores es suficiente para permitir que un niño de 10 años o los adultos mayores, transiten por ellos con seguridad durante el día, en relación con su sexo, Monterrey, 2017	401
Figura 3.101.	En los barrios de los mayores, sería mejor que no hubiera cercas para poder entrar por cualquier parte a los parques o colonias de su barrio, en relación con su sexo, Monterrey, 2017	409
PARTE 4: ANÁLISIS DE LOS FACTORES FÍSICOS Y SOCIALES		419
DE LOS ESPACIOS PÚBLICOS AL AIRE LIBRE		
Figura 4.1.	Eigenvalores. Análisis de componentes principales	420
Figura 4.2.	Dendograma. Análisis de cluster (distancias euclidianas)	423

Índice de cuadros

Cuadro	Título	Página
Parte 1	Argumentación teórica	35
Cuadro 1.1	El envejecimiento activo y los entornos saludables en la Organización Mundial de la Salud (OMS) y en general en la Organización de las Naciones Unidas (ONU).	41
Parte 2	Argumentación metodológica	54
Cuadro 2.1	Estadísticas de fiabilidad	60
Parte 3:	Análisis e interpretación de resultados	62
Cuadro 3.1.	Distribución de adultos mayores, por Municipios Guadalupe, Monterrey y San Nicolás, 2017	63
Cuadro 3.2.	Distribución de la población de 60 y más, en los municipios de Ciudad Guadalupe, Monterrey y San Nicolás de los Garza, por sexo, 2017.	65
Cuadro 3.3.	Distribución del número de encuestas, en los municipios de Ciudad Guadalupe, Monterrey y San Nicolás de los Garza, <i>varón y mujer</i> , 2017.	61
Cuadro 3.4.	Distribución del número de encuestas por sexo, en los municipios Ciudad Guadalupe, Monterrey y San Nicolás de los Garza, <i>varón y mujer</i> , 2017.	62
Cuadro 3.5.	Frecuencia y porcentaje del número de encuestas por sexo, en los municipios Ciudad Guadalupe, Monterrey y San Nicolás de los Garza, <i>varón y mujer</i> , 2017.	66
Cuadro 3.6.	Distribución porcentual de la frecuencia de sexo y edad de las personas encuestadas.	68
Cuadro 3.7.	Distribución de la frecuencia de sexo y edad	69
Cuadro 3.8.	Distribución de la frecuencia de sexo y edad, de acuerdo con el estado civil	70
Cuadro 3.9.	Distribución del estado civil respecto al rango de edad y al sexo	71
Cuadro 3.10.	Distribución porcentual de la población encuestada, basándonos en los rangos de edad en los municipios de San Nicolás, Guadalupe y Monterrey	72

Cuadro 3.11.	Evolución de la población de Monterrey con respecto a Nuevo León, 1940-2010	73
Cuadro 3.12.	Proporción de la población encuestada según sexo, en los municipios de Monterrey, Cd. Guadalupe y San Nicolás	73
Cuadro 3.13.	Distribución de la frecuencia de sexo, respecto a la labor ejercida durante la mayor parte de la laboral vida	75
Cuadro 3.14.	Distribución de la frecuencia de sexo, respecto a su situación laboral actual	79
Cuadro 3.15.	Distribución de grupo de edad y sexo, respecto a su situación laboral actual	85
Cuadro 3.16.	Distribución de los adultos mayores, respecto a su situación laboral actual y el rango de edad	86
Cuadro 3.17.	Distribución de la frecuencia de sexo, respecto a su situación laboral actual	88
Cuadro 3.18.	Distribución de grupo de edad, a las personas con quienes habitan	90
Cuadro 3.19.	Adultos mayores que viven con esposa e hijo	92
Cuadro 3.20.	Adultos mayores que viven con hijos y nietos	92
Cuadro 3.21.	Matrimonio de mayores viviendo con la familia de los hijos	93
Cuadro 3.22.	Distribución de la población de mayores por rango de edad, según sus características sociodemográficas y situación laboral actual	94
Cuadro 3.23.	Distribución de la población de 60 y más años, según percepción de su estado de salud, Monterrey, 2017	97
Cuadro 3.24.	Distribución de la población de 60 y más años, según percepción de su estado de salud y su rango de edad, Monterrey, 2017	97
Cuadro 3.25.	Distribución de la población de 60 y más años, según percepción de su estado de salud y su rango de edad, Monterrey, 2017	99
Cuadro 3.26.	Características sociodemográficas de los mayores,	104

	según percepción de su estado de salud	
Cuadro 3.27.	Porcentaje de mayores varones o mujeres, en relación con las enfermedades frecuentes de la tercera edad	107
Cuadro 3.28.	Acumulación de problemas de salud en los mayores	108
Cuadro 3.29.	Frecuencia de acumulación de enfermedades en los mayores por grupo de edad	112
Cuadro 3.30.	Los mayores, la acumulación de enfermedades y sus características sociodemográficas	115
Cuadro 3.31.	Los mayores y la ingesta de medicamentos	117
Cuadro 3.32.	Frecuencia de ingesta de medicamentos por los mayores	117
Cuadro 3.33.	Los mayores, la ingesta de medicamentos y sus características sociodemográficas	122
Cuadro 3.34.	Frecuencia de ingesta de alcohol por los mayores y sus características sociodemográficas.	126
Cuadro 3.35.	Necesidad de ayuda para pasear en los espacios públicos, respecto al sexo de los mayores	128
Cuadro 3.36.	Necesidad de los mayores de ayuda para pasear, respecto al estado civil de los mismos. 2017	129
Cuadro 3.37.	Los mayores, su necesidad de ayuda para pasear y la labor que ejercieron la mayor parte de sus vidas	130
Cuadro 3.38.	Los mayores, su necesidad de ayuda para pasear y su actividad laboral actual Monterrey, 2017	131
Cuadro 3.39.	Los mayores, la frecuencia de visitas de sus familiares y sus características sociodemográficas, Monterrey 2017	135
Cuadro 3.40.	Los mayores y su sensación de soledad en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	139
Cuadro 3.41.	Los mayores y su tiempo de permanencia en el lugar, Monterrey, 2017	140
Cuadro 3.42.	Los mayores y su permanencia en el lugar, en relación con sus características sociodemográficas Monterrey, 2017	142
Cuadro 3.43.	Los mayores y su percepción de la calidad de vida en su	146

	barrio, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey 2017	
Cuadro 3.44.	Los adultos mayores su relación con sus vecinos y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	150
Cuadro 3.45.	Las características sociodemográficas de los adultos mayores, respecto a las mascotas, Monterrey, 2017	154
Cuadro 3.46.	La actividad de pasear en la opinión de los adultos mayores según su sexo en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	160
Cuadro 3.47.	Distribución de la población de 60 y más años, según los motivos para pasear y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	166
Cuadro 3.48.	Distribución de la población de 60 y más años, según la frecuencia con que pasean en su barrio acorde a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	169
Cuadro 3.49.	Distribución de la población de 60 y más años, según la importancia que dan a pasear para su salud y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	174
Cuadro 3.50.	Distribución de la población de 60 y más años, según la proximidad respecto al hogar de los lugares para pasear y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	180
Cuadro 3.51.	Distribución de la población de 60 y más años, según con quienes sales a pasear y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	189
Cuadro 3.52.	Distribución de la población de 60 y más años, según el tipo de espacio que utilizan para pasear cerca de su barrio y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	193
Cuadro 3.53.	Distribución de la población de 60 y más años, según la familiaridad de los adultos mayores con los espacios para pasear y de acuerdo con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	197

Cuadro 3.54.	Distribución de la población de 60 y más años, según prefieren la consistencia de las superficies para caminar de acuerdo con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	203
Cuadro 3.55.	Distribución de la población de 60 y más años, según la manera en que perciben su barrio en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	209
Cuadro 3.56.	Distribución de la población de 60 y más años, según perciben las aceras de sus barrios, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	215
Cuadro 3.57.	Distribución de la población de 60 y más años, en relación con la señalética urbana, acorde con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	220
Cuadro 3.58.	Distribución de la población de 60 y más años, según los servicios públicos que están señalados en los barrios en que habitan y de acuerdo a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	225
Cuadro 3.59.	Actividades en que utilizan los adultos mayores su tiempo de ocio, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	232
Cuadro 3.60.	Elementos que mejorarían la vida de los adultos mayores en la opinión de ellos mismos de acuerdo con sus características socioculturales, Monterrey, 2017	238
Cuadro 3.61.	Actividades en que utilizan los adultos mayores su tiempo de ocio, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	243
Cuadro 3.62.	En los espacios dedicados para pasear en la proximidad de sus hogares, los adultos mayores piensan que deberían de existir, de acuerdo con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	255
Cuadro 3.63.	Actividades en que utilizan los adultos mayores su tiempo de ocio, en relación con sus características sociodemográficas,	259

Monterrey, 2017

Cuadro 3.64.	Las distancias que hay que recorrer a pie desde su casa hasta las áreas para hacer compras ¿son cortas?, en relación con sus características sociodemográficas Monterrey, 2017	264
Cuadro 3.65.	Facilidad que tienen los mayores para acceder al transporte público en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	269
Cuadro 3.66.	Distribución de la población de 60 y más años, según la acumulación de problemas de salud, Monterrey, 2017	273
Cuadro 3.67.	Hay obstáculos y pocas rutas alternativas, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	276
Cuadro 3.68.	Los callejones sin salida en los barrios de los adultos, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	281
Cuadro 3.69.	Las Banquetas que existentes en los barrios de los mayores y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	285
Cuadro 3.70.	Los caminos pavimentados en los parques que existen en los barrios de los mayores en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	288
Cuadro 3.71.	Los senderos para bicicletas y peatones en los parques que existentes en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	292
Cuadro 3.72.	Las banquetas y caminos en que hay rupturas y pozos que dificultan caminar a los mayores. En relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	298
Cuadro 3.73.	Banquetas y caminos con hierba y basura que dificultan caminar en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	303
Cuadro 3.74.	Seguridad al andar en bicicleta o caminar en los barrios de los mayores, en relación con las características sociodemográficas, Monterrey, 2017	308

Cuadro 3.75.	Hay árboles a lo largo de calles en los barrios de los mayores y su relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	312
Cuadro 3.76.	Los árboles dan sombra a lo largo de calles en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	317
Cuadro 3.77.	Existencia de cosas interesantes, en los barrios de los mayores en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	322
Cuadro 3.78.	Existencia de vecindarios libre de basura, en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	325
Cuadro 3.79.	Solidaridad de los vecinos en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey 2017	329
Cuadro 3.80.	Atractivos naturales en los barrios de los mayores en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	333
Cuadro 3.81.	Paisajes atractivos en los barrios de los mayores, en relación a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	338
Cuadro 3.82.	Bancas en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	342
Cuadro 3.83.	Resguardos para el sol y la lluvia los barrios de los mayores, con respecto a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	348
Cuadro 3.84.	Acceso a servicios de ayuda en los parques y banquetas de los barrios de los mayores, Monterrey, 2017	352
Cuadro 3.85.	Existen teléfonos en los parques de los barrios de los mayores de acuerdo con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	356

Cuadro 3.86.	El tráfico vehicular dificulta y hace desagradable caminar de los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	359
Cuadro 3.87.	La velocidad del tráfico vehicular es lenta en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	363
Cuadro 3.88.	La velocidad del tráfico vehicular es excesiva en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	367
Cuadro 3.89.	Existe iluminación nocturna en los barrios de los mayores, Monterrey, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey 2017	371
Cuadro 3.90.	Los caminantes y ciclistas en las calles de los barrios de los mayores pueden ser vistos con facilidad desde los hogares de los vecinos., en relación con las características sociodemográficas de los de 60 y más. Monterrey, 2017	375
Cuadro 3.91.	Hay cruces peatonales para ayudar a los caminantes a cruzar las calles en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	379
Cuadro 3.92.	Hay humo de los escapes de los autos en los barrios de los mayores., de acuerdo a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	384
Cuadro 3.93.	La tasa de criminalidad en los barrios de los mayores, con respecto a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	389
Cuadro 3.94.	La tasa de criminalidad en los barrios de los mayores, con respecto a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	395
Cuadro 3.95.	La seguridad en los barrios de los mayores es suficiente para permitir que un niño de 10 años o los adultos mayores,	401

	transiten por ellos con seguridad durante el día., en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	
Cuadro 3.96.	Los parques y colonias del área en que viven los mayores tienen rejas y bardas que los hacen más seguros, en relación con las características sociodemográficas de los de 60 y más, Monterrey, 2017	405
Cuadro 3.97.	En los barrios de los mayores, sería mejor que no hubiera cercas, para poder entrar por cualquier parte a los parques o colonias de su barrio, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	410
Cuadro 3.98.	Los juegos infantiles en los parques de los barrios de los mayores, con respecto a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017	414
Cuadro 3.99.	La presencia de canchas deportivas en los parques de los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey 2017	418
PARTE 4:	ANÁLISIS DE LOS FACTORES FÍSICOS Y SOCIALES DE LOS ESPACIOS PÚBLICOS AL AIRE LIBRE	419
Cuadro 4.1.	Eigenvalores. Análisis de componentes principales	420
Cuadro 4.2.	Factor loadings and Communalities. Análisis de componentes principales	421

I. INTRODUCCIÓN

En el mundo el reto del envejecimiento demográfico supone un desafío sin precedentes tanto para los gobiernos de los países desarrollados como para los que están en vías de desarrollo. Este hecho ha cobrado relevancia debido a que entre 2015 y 2050, se espera que la población mundial con más de 60 años pasare de 900 millones a 2000 millones, un aumento del 12% al 22% respecto al resto de los sectores de la población (OMS, 2017). Así, el envejecimiento de la población plantea importantes retos en materia de políticas sociales, de salud, vivienda, urbanismo y cambio climático (Sánchez-González y Chávez, 2019).

En las últimas décadas, la tendencia de las comunidades al envejecimiento poblacional es más que evidente. Por envejecimiento poblacional se entiende el aumento porcentual mayor de personas de 60 o más años con respecto a los demás grupos de población. Este incremento se debe principalmente a 3 factores. En primer lugar, se ha logrado disminuir los índices de natalidad. Segundo, el tiempo promedio de vida de los seres humanos se ha incrementado considerablemente y tercero la migración de la población del campo a la ciudad. Como consecuencia los países “envejecidos”, como algunos de la Comunidad Europea, han tenido que enfrentar el problema de que una reducida población de adultos jóvenes tenga que sostener a una significativa cantidad de adultos mayores (Kornblum, 2012).

El fenómeno del envejecimiento demográfico es, principalmente, urbano (Suzman et al, 2015). En la actualidad, más de la mitad de la población mundial vive en las ciudades, que alcanza el 75% en el caso de América Latina (ONU, 2014). Del mismo modo, todo indica que la población mundial envejecerá, sobre todo, en las urbes de los países en desarrollo, lo que obliga a repensar las ciudades que habitamos (Sánchez-González, 2007). Precisamente, los problemas de habitabilidad de las ciudades propician la exclusión social de las personas que alcanzan 60 años y más (OMS, 2007), lo que limita sus actividades de la vida diaria y deteriora su salud física y mental, así como incrementa su dependencia (Salas-Cárdenas y Sánchez-González, 2014). Distintos estudios han denunciado que los espacios urbanos desalientan estilos de vida saludables para las

personas adultas mayores, lo que agrava el aislamiento y la soledad (Smith, 2009). Justamente, algunas investigaciones relacionan los problemas del entorno físico (vivienda y barrio) con el deterioro del entorno social (relaciones familiares y sociales), lo que puede derivar en situaciones de riesgo de abandono y maltrato hacia las personas de edad avanzada y dependientes (Compán y Sánchez-González, 2005; Sánchez-González y Egea, 2011).

En el marco de las Naciones Unidas una población se considera envejecida si más del 14% de su población tiene 65 años o más y si por lo menos el 10% tiene 60 años o más (Yañes, 1998; PND 2000-2006). México alberga una población que envejece, por lo que el implementar las medidas pertinentes para enfrentar las consecuencias de este proceso debe ser prioridad en todas las instancias implicadas en el bienestar poblacional.

El envejecimiento activo es considerado el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad, con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen (Fernández-Ballesteros, 2002). A pesar de su importancia, diferentes autores (Lawton, 1980; Sánchez-González, 2015) han subrayado que las deficiencias del ambiente urbano (barreras arquitectónicas, tráfico, distancias a los servicios) condicionan el envejecimiento activo en el lugar, como las actividades al aire libre y las relaciones sociales. Por ello, el programa de ciudades amigables con las personas de edad se enfoca a propiciar entornos que promuevan el envejecimiento activo y saludable en el lugar (OMS, 2007). Esta máxima está relacionada con el hecho de que la mayoría de las personas adultas mayores prefieren envejecer en sus domicilios y barrios, sin embargo, suelen desconocer las distintas opciones de adaptación residencial, lo que puede condicionar el éxito o no del envejecimiento activo en el lugar (Golant, 2015).

Desde el enfoque multidisciplinar de la gerontología ambiental se han realizado destacadas contribuciones a la comprensión de las implicaciones del espacio público en la promoción del envejecimiento activo en el lugar (Sánchez-González y Rodríguez-Rodríguez, 2016). Precisamente, la gerontología ambiental es un área de conocimiento de la gerontología que tiene por objetivo conocer, analizar, modificar y optimizar la relación entre la persona que envejece y su entorno físico-social, desde perspectivas y enfoques interdisciplinarios, que abarcan diferentes disciplinas como la

psicogerontología, geografía del envejecimiento, urbanismo, arquitectura y diseño accesible, gerontodiseño, política social, trabajo social, sociología y otras ciencias a fines (Wahl y Weisman, 2003; Bernard y Rowles, 2013). En la misma línea, se ha argumentado la importancia de los espacios públicos, como parques y áreas verdes, en el fomento de las relaciones sociales y de las actividades al aire libre, como pasear y hacer deporte, lo que contribuye al mantenimiento de las capacidades funcionales y cognitivas en el envejecimiento (Iwarsson y Stahl, 2003; Sánchez-González et al, 2018). También, el lugar cotidiano, como el parque público, adquiere una importancia capital en el envejecimiento, ya que, como elemento físico, social y simbólico, se asocia de manera positiva con la identidad y el apego al lugar, lo que favorece el sentido de pertenencia y facilita las estrategias de adaptación al entorno.

En el año 2000, el Estado de Nuevo León tenía una población de 3, 834, 141 habitantes, de los cuales 182,247 contaban con 65 años. Esta cifra constituye el 4.7% del total (INEGI, 2001). En el año 2005, la tasa de adultos mayores en Nuevo León aumentó a 226, 341 lo que significa el 5.4% de la población (INEGI, 2005). En dicho estado, mientras que en el año 2000 la población de 0 a 14 años era del 29.7%, en el 2010 era de 27.1 % y con tendencia a la baja. En contraparte el sector poblacional constituido por las personas de 65 años y más en el año 2000 era del 4.8% se incrementó al 5.9% en el 2010 (INEGI, 2010). En el año 2015 los contados entre 0 y 14 años eran de 27.4% del total. Mientras que, la de 65 años y más era de 7.2 % (INEGI, 2015).

Hay que subrayar que el Estado de Nuevo León el 95% de la población reside en las zonas urbanas y se agrupa en el Área Metropolitana de Monterrey. Y en tres municipios de los 51 que lo constituyen, se localiza la mayor cantidad de adultos mayores. Estos tres municipios son: Ciudad Guadalupe, San Nicolás de los Garza y Monterrey. En ellos se localiza el 63.3% de la población de adultos mayores del Área Metropolitana de Monterrey (INEGI, 2001) y es en ellos en los que se aplicó la encuesta que se analiza en esta tesis.

En la primera parte de la presente tesis, se analizan las principales teorías sobre las implicaciones de los espacios al aire libre en la salud en la promoción del envejecimiento activo, desde el enfoque teórico y metodológico de la Gerontología ambiental. Aquí, se aborda la importancia de los espacios públicos en las actividades cotidianas físicas y

sociales (pasear, hacer deporte, socializar) de los adultos mayores. Seguidamente, se analizan los resultados de una encuesta aplicada a 440 adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey. En dicha encuesta se incluyen dimensiones sociodemográficas, de salud y entorno público.

I.1 Planteamiento del problema

El envejecimiento demográfico urbano plantea el reto de diseñar ciudades amigables para una sociedad que envejece (OMS, 2007), y promover el envejecimiento activo. Sin embargo, en América Latina han predominado las metrópolis con alta desigualdad social y rápido crecimiento urbano, como Monterrey (Sánchez-González, 2012). En estas urbes poco amigables con el envejecimiento, el automóvil ha desplazado al peatón del espacio público, y se ha excluido a los grupos vulnerables (adultos mayores y discapacitados) de los procesos de participación ciudadana y gobernanza (Sánchez-González, 2007 y 2015). Asimismo, existe un limitado conocimiento de las implicaciones de los espacios públicos al aire libre en la promoción del envejecimiento activo en ciudades mexicanas, como Monterrey. En este contexto surge la necesidad de realizar un análisis de las características físicas y sociales de los espacios al aire libre que condicionan su acceso y uso cotidiano (pasear, relaciones sociales) por los adultos mayores, determinando los pilares del envejecimiento activo (salud, seguridad, participación y aprendizaje continuo) en esta área metropolitana.

I. 2. Preguntas de investigación.

Envejecer de manera activa es vivir con plenitud los procesos propios de la última etapa de la vida, en el marco de las condiciones físicas y mentales propias de la también llamada tercera edad. La OMS define el **envejecimiento activo** como: “el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad, con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen.” Dado el creciente y constante proceso de envejecimiento que presenta la población en México y la cada vez mayor concentración de habitantes en las zonas urbanas, deben implementarse las

adecuaciones necesarias en el entorno público urbano, para lograr que este sea amigable para las personas de 60 y más.

El área Metropolitana de Monterrey, una de las tres mayores metrópolis de México, debe prepararse para propiciar el envejecimiento activo, con estrategia para enfrentar el avance del envejecimiento demográfico. También, en la literatura científica se ha constatado la relevancia de pasear, como una actividad que conlleva múltiples beneficios para los adultos mayores (salud, bienestar, participación e integración social). Ante ello podríamos plantear las siguientes preguntas:

1. ¿En qué medida los adultos mayores acceden y utilizan los espacios públicos al aire libre en el área metropolitana de Monterrey?
2. ¿Qué características físicas y sociales de los espacios al aire libre determinan su uso y la actividad física de pasear para los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey?
3. ¿Cuáles son los principales beneficios de la actividad de pasear en los espacios al aire libre para los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey?
4. ¿Existen diferencias de género en relación con el uso de los espacios al aire libre en el Área Metropolitana de Monterrey?

I. 3 Objeto y sujeto de estudio

Los objetos de estudio son los espacios al aire libre de las colonias en el Área Metropolitana de Monterrey. Asimismo, el sujeto de estudio está centrado en las personas de 60 y más años a nivel de colonia de la misma ciudad.

1.4 Justificación

La ex-primer ministra noruega Gro Harlem Brundtland en el informe que lleva su nombre, en el foro de la ONU, plantea la problemática que se ha derivado debido al enfoque globalizante de las políticas actuales. La pérdida de los valores que rigen las distintas partes del planeta en pro de la homogeneización de las políticas económico-productivas ha traído consecuencias no deseables para el logro de la sustentabilidad de la sociedad actual. Por desgracia esto es a lo que se ha llegado con la globalización. Al ser considerados como “no productivos” económicamente hablando, los adultos mayores son relegados provocando en ellos un declive físico y cognitivo prematuro debido a la depresión y deterioro físico que esto provoca.

Si se provee a los ciudadanos mayores de edad de lugares para pasear y ejercitarse en el entorno público al aire libre, se contribuye a disminuir la codependencia que dicho sector poblacional tiene de las personas que lo rodean en su vida cotidiana. De esta manera se disminuiría la carga social que el sector poblacional en estudio ha venido a constituir en la actualidad, (Garrido et al, 2013). Lo cual, justifica la necesidad de nuevos estudios encaminados a generar conocimiento y favorecer espacios públicos al aire libre amigables con las personas de edad y que promueven el envejecimiento activo y saludable (OMS, 2007 y 2015).

1.5 Objetivos

La investigación se centra en las implicaciones de los espacios al aire libre sobre la actividad de pasear para los adultos mayores que viven en comunidad en el Área Metropolitana de Monterrey. Asimismo, se trata de desentrañar qué características físicas y sociales de los espacios públicos al aire libre promueven el envejecimiento activo. También, se intenta identificar los beneficios que la actividad de pasear tiene para el bienestar de la población de 60 años y más en dicha urbe.

El objetivo general de esta investigación es:

Analizar los factores físicos y sociales de los espacios públicos al aire libre que determinan su uso y posibilitan el pasear para los adultos mayores, así como promueven el envejecimiento activo en el área Metropolitana de Monterrey.

Objetivos particulares:

1°. Revisar la literatura científica con objeto de aproximarnos al contexto teórico y metodológico en el abordaje de las actividades que los adultos mayores realizan con el fin de ejercitarse y socializar.

2°. Analizar las características sociodemográficas y de salud de la población de 60 y más años en el Área Metropolitana de Monterrey, a partir de los datos censales y de una encuesta propia.

3°. Estudiar las características físicas y sociales de los espacios públicos al aire libre en relación con las actividades físicas (pasear, relaciones sociales) de los adultos mayores a nivel de colonia en el Área Metropolitana de Monterrey, a partir de los datos de visitas de campo y de una encuesta propia.

4°. Analizar los factores físicos y sociales de los espacios públicos al aire libre que determinan su uso y posibilitan el pasear para los adultos mayores en el área Metropolitana de Monterrey, a partir del análisis multivariado de los datos de la encuesta.

5°. Favorecer propuestas de planificación urbana gerontológica y de diseño urbano inclusivo encaminadas a impulsar ciudades amigables con las personas de edad y la promoción del envejecimiento activo en el Área Metropolitana de Monterrey.

1.5. Hipótesis

En el estudio se formuló la siguiente hipótesis de investigación:

Hi. Las características físicas y sociales de los espacios públicos al aire libre inciden en el envejecimiento activo en el Área Metropolitana de Monterrey.

PARTE 1: Argumentación teórica

Capítulo I: Marco teórico y conceptual

En esta sección se realiza una revisión de la literatura científica con objeto de aproximarnos al fenómeno del envejecimiento de la población en el contexto internacional y nacional, con aproximaciones a el concepto de envejecimiento activo y saludable. Asimismo, se aborda el contexto teórico y metodológico centrado en las actividades que los adultos mayores realizan con el fin de ejercitarse y socializar. También, desde el enfoque de la gerontología ambiental se realiza una aproximación teórica para abordar la relación de los espacios al aire libre con la promoción del envejecimiento activo.

1.1 Envejecimiento activo y saludable

1.1.1 El envejecimiento activo y saludable en los foros de la OMS y la ONU.

Los antecedentes del enfoque del envejecimiento activo y saludable en el seno de la OMS y de la ONU reflejan el interés creciente de la comunidad científica y las instituciones gubernamentales, por las implicaciones del ambiente en la promoción de una vida activa a lo largo de la vida y, sobre todo, durante el envejecimiento.

La **I Asamblea Mundial sobre Envejecimiento** celebrada en Viena (OMS, 1982) enfatiza que el ambiente debe diseñarse para apoyar las características y las capacidades de este sector de población. Asimismo, el ambiente será clave en la promoción de una sociedad que envejece, y que debe aspirar a mantenerse activa y saludable. Aquí, se planteó que la necesidad de propiciar los espacios públicos al aire libre adaptados a las necesidades y demandas de los mayores, para que ellos puedan hacer uso de ellos, de manera que se disminuya su dependencia de los demás miembros de la sociedad.

En la **Conferencia Internacional sobre la Promoción de la salud** celebrada en la ciudad de Ottawa (OMS, 1986), se menciona la relevancia de los lazos que unen a las personas con su medio ambiente. Desde una perspectiva ecológica del envejecimiento, la relación entre el ambiente y las capacidades de los adultos mayores resultan claves para favorecer un envejecimiento activo y saludable en el lugar. Por ello, se establecen estrategias encaminadas a crear entornos de apoyo a lo largo de la vida, particularmente durante el envejecimiento.

En la **Declaración de Río sobre el Medio Ambiente y el Desarrollo** (ONU, 1992), se indica que los gobiernos deben brindar ciudades sostenibles y saludables, encaminadas a reducir la contaminación y a promover los espacios verdes (ONU, 1987). Precisamente, los adultos mayores son un grupo vulnerable a los efectos de la contaminación, la cual, es responsable de la mortalidad por problemas cardiovasculares y respiratorios. Por ello, se propone restringir el vehículo privado de los centros urbanos, así como el impulso de transportes públicos y de las áreas verdes.

La **Declaración de Estambul** sobre los Asentamientos Humanos (1996), hace suyos los objetivos universales de garantizar vivienda adecuada para todos y mejorar las condiciones de los asentamientos humanos. Declara que se deben encarar la producción y consumo insostenibles, así como, los cambios demográficos insostenibles, prestando atención a la concentración excesiva de la población, la planificación adecuada; el aumento de la inseguridad y la violencia. Hace énfasis en que el ser humano es el aspecto más importante para tomar en cuenta. Los gobiernos involucrados se comprometen a adoptar modalidades sostenibles de transporte y a prevenir la contaminación. En el punto 11 de esta declaración se comprometen a la conservación, rehabilitación y mantenimiento de los espacios abiertos y paisajes.

En el año 2000, en México, se llevó a cabo la **V Conferencia Mundial de Promoción de la Salud** denominada: Promoción de la salud: hacia una mayor equidad, en ella se instó a los Estados Miembros de la ONU a asegurar la infraestructura necesaria para la promoción de la salud. En ciudades como Monterrey, objeto de este estudio, se han ido suscitando una serie de cambios, que han convertido en una necesidad la presencia de espacios públicos al aire libre para pasear en las áreas urbanas. En la conferencia antes mencionada se plantearon: la necesidad de enfocar programas de promoción de la salud

del anciano, una iniciativa para ayudar a incrementar la actividad física de los mayores y se amplió el Programa de Inmunizaciones a las personas de la tercera edad (ONU, 2000).

El impacto de la **Carta de Ottawa para el Fomento de la Salud** fue reconocida la importancia de crear entornos que fortalecen la acción comunitaria y ayudan a desarrollar las aptitudes personales de quienes los utilizan. En este contexto, la mayoría de las personas adultas mayores envejecen en sus barrios, cuyas características físicas y sociales determinan el envejecimiento activo y saludable, como el grado de cohesión y solidaridad de la comunidad (ONU, 2000).

En la **Declaración de Toronto** (ONU, 2002) se plantea que tanto las personas que transitan por la tercera edad, como el resto de la sociedad, asumen una serie de estereotipos que condicionan su existir a partir de que arriban a los 60. La Declaración define el maltrato a los mayores de la siguiente manera: “El maltrato de personas mayores se define como la acción única o repetida, o la falta de la respuesta apropiada, que ocurre dentro de cualquier relación donde exista una expectativa de confianza y la cual produzca daño o angustia a una persona anciana.” Puede ser de varios tipos: físico, psicológico/emocional, sexual, financiero o simplemente reflejar un acto de negligencia intencional o por omisión.” (ONU, 2002, p. 3). En el contexto urbano se debe tener cuidado, de tanto social como físicamente, evitar el maltrato por omisión a los de 60 y más años. Así, preparar los espacios públicos al aire libre, ayudará al bienestar del sector poblacional de las personas de 60 años o más.

En la **II Asamblea Mundial sobre Envejecimiento**, celebrada en Madrid (ONU, 2002), se plantean acciones para crear entornos favorables que propicien el envejecimiento activo y sus pilares: salud, seguridad, participación y aprendizaje continuo. Aquí, se proponen tres direcciones prioritarias: la promoción de la salud y el bienestar en la vejez; el logro de entornos emancipadores y propicios; y el de las personas de edad y el desarrollo. Se promulga el reconocimiento de las capacidades de los mayores, su experiencia y su sabiduría, no solo para colaborar en la solución de sus propios problemas, sino para participar activamente en todos los ámbitos de la sociedad. Para lograrlo, se propone dotar a los servicios públicos, de las cualidades adecuadas a las características de los mayores, con el fin de favorecer su independencia. Asimismo, se prioriza la creación de un entorno propicio para envejecer en el lugar. Aquí, se habló de

apoyar el mejoramiento ambiental y el desarrollo de comunidades multigeneracionales que propicien el desenvolvimiento de los mayores, con objeto de favorecer su independencia e integración social. También, se planea la importancia de las características de los espacios públicos (accesibilidad, seguridad, atractividad) para favorecer su uso y disfrute por las personas que envejecen.

En el año 2007 la Organización Mundial de la Salud puso en marcha **el Programa de Ciudades Amigables con las Personas de Edad** (OMS, 2007), donde se defiende la importancia de diseñar ciudades y comunidades amigables para la promoción del envejecimiento activo. Aquí, entiende que una “ciudad amigable con los mayores alienta el envejecimiento activo mediante la optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad a fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen.” (OMS, 2007, p. 6). En dicho programa se propone el desarrollo de 8 dominios clave, como: espacios al aire libre y edificios, transporte, vivienda, participación social, respeto e inclusión social, participación cívica y empleo, comunicación e información, y servicios de apoyo comunitario y de salud. Al respecto, se menciona que los planificadores urbanos y los arquitectos deben pensar en las características de las personas mayores, cuando planifican los espacios urbanos. Asimismo, se recalca la importancia de que las personas mayores participen activamente en el diseño de sus ciudades. Dicho programa de la OMS desembocó en la **Red Mundial de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas de edad** (OMS, 2010). En la actualidad dicha red cuenta con más de 1.000 ciudades de todo el mundo adheridas, y donde una de cada cuatro urbes se localiza en América Latina y el Caribe (OMS, 2018). A pesar del éxito inicial de este programa, diferentes expertos han coincidido en la necesidad de adecuar las estrategias implementadas y evaluar las intervenciones desarrolladas (Buffel et al., 2016). Precisamente, existe una escasa evidencia empírica sobre intervenciones ambientales y psicosociales centradas en comunidades amigables para posibilitar el diseño de políticas públicas para los próximos años (Sánchez-González et al., 2020).

En la última década han proliferado los estudios centrados en la importancia del ambiente amigable en la promoción del envejecimiento activo y saludable (OMS, 2018). Aquí, se ha mencionado la relevancia del entorno físico acogedor y el uso de tecnologías innovadoras en la promoción del envejecimiento activo, haciendo énfasis en la importancia de la movilidad y las interacciones sociales en la vejez, claves para envejecer

de forma independiente en el lugar (Haldenwang, 2008; Kornblum, 2009). Además, se plantea la necesidad de apoyar nuevas investigaciones que sirvan de fundamento para plantear políticas encaminadas a lograr el bienestar de los mayores (UNFPA, 2012).

En el **Protocolo de Vancouver** (OMS, 2016), se establecieron los barrios como las unidades básicas, para iniciar las investigaciones en el marco del proyecto Ciudades amigables con las Personas Mayores. Algunas de las cuestiones que se plantean como fundamentales para la adaptación de los barrios, municipios y ciudades a las necesidades de los mayores son en los espacios al aire libre: la adecuación de las zonas de tránsito, la necesidad de acceso a zonas verdes de paseo, zonas de convivencia exteriores, comunicación entre grupos urbanos y transporte dentro del mismo municipio y por supuesto con otros vecinales, todas ellas cuestiones que se consideran en la investigación que se llevó a cabo en la presente tesis, al igual que las características de las aceras, iluminación, bancas, ruido inseguridad, alumbrado y la protección ante las inclemencias climáticas.

Las tendencias del envejecimiento demográfico y la celeridad de la urbanización convierten a los países en desarrollo, en elementos focales para atender las consecuencias de dichos factores en el envejecimiento saludable de las personas. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019), formuló el “**Plan de Acción Sobre la Salud de las Personas Mayores, Incluido el Envejecimiento Activo y Saludable**”, se enfoca principalmente en la Región de las Américas, en él se hace énfasis en mantener la actividad y la salud de los mayores, pretendiendo establecer un enfoque técnico acerca del envejecimiento activo, con el que se formulen lineamientos y directrices en ámbitos como la salud, política y derechos humanos, para que sirvan de base al establecimiento y adecuación de ambientes que favorezcan la salud de los de la tercera edad.

Para poder establecer un plan de acción en la Región de las Américas, dado que en esta región se ha agudizado el fenómeno del envejecimiento poblacional, primeramente, se deben establecer los términos que definan la situación de cada región; es necesario contar con datos que establezcan, cual es la situación de salud y envejecimiento de su población. Se debe tomar en cuenta que al reducirse la tasa de natalidad e incrementarse los años de vida también aumenta el índice de discapacidad; estos problemas y las enfermedades crónicas deben atenderse tanto en el sector salud como en lo que respecta

a los servicios y características urbanos, con el fin de facilitar el envejecimiento activo en esos lugares. Algo que es preocupante, es la capacidad de generar la información necesaria para ejecutar y evaluar las actividades realizadas en torno al mejoramiento de la calidad de vida de los mayores.

En el plan para el **Decenio del Envejecimiento Saludable**, que se desarrolla en el momento actual (agosto de 2020) en la Universidad de Maimónides en Buenos Aires Argentina, en medio del impacto mundial de la pandemia provocada por el coronavirus de tipo 2 (COVID-19), causante del síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV-2), uno de los principales corolarios del plan para el Decenio del Envejecimiento Saludable, es la necesidad de poner atención a la forma en que los desastres afectan a los mayores. Entre otras, en la página 4 se menciona que: *“Actualmente, muchas personas mayores..... se enfrentan diariamente a obstáculos que les impiden gozar de salud y bienestar y participar plenamente en la sociedad. Estas dificultades se ven exacerbadas en el caso de las personas mayores que viven en entornos frágiles y situaciones de emergencia”*.

Las personas mayores son el eje central, alrededor del que se pretende aunar los esfuerzos de los gobiernos, las instituciones y entidades en general, con el fin de lograr el envejecimiento saludable, ya que del 2019 al 2050 (**Decenio del Envejecimiento Saludable**), la cifra de personas de 60 años o más habrá aumentado de 1,000 millones a 2, 100 millones, en estas fechas los mayores superarán el número de jóvenes y niños que existen. Se pretende fomentar el envejecimiento saludable adoptando medidas en todos los niveles, con el fin de mantener la salud y las capacidades intrínsecas y funcionales de la población en cuestión. El Decenio se basa en el Plan de Acción Internacional de Madrid sobre el Envejecimiento y se centra en cuatro ámbitos de actuación:

- “- cambiar nuestra forma de pensar, sentir y actuar con respecto a la edad y el envejecimiento;
- asegurar que las comunidades fomenten las capacidades de las personas mayores;
- ofrecer una atención integrada y centrada en las personas, y servicios de salud primarios que responden a las necesidades de las personas mayores; y
- proporcionar acceso a la atención crónica para las personas mayores que lo necesiten.” (OMS, 2020 p. 9)

Para llevar a cabo estas acciones se debe tomar en cuenta el contexto, ya que, este determina en cada caso cuáles son las actividades más apropiadas para cada región, los datos presentados por las distintas instancias gubernamentales respecto al estado en que se encuentra su población mayor de 60, serán decisivos para poder actuar de forma asertiva. **El edadismo** (discriminación por causa de la edad), se presenta en la sociedad debido a la manera en que pensamos con respecto a la vejez (**los estereotipos**), que determinan lo que sentimos (**nuestros prejuicios**) que subyacen en la forma en que actuamos (**discriminación**). Estas actitudes comienzan a formarse en la infancia y repercuten en el rendimiento físico, cognitivo y en la longevidad de las personas, el edadismo margina a las personas dentro de sus comunidades, reduce su acceso a los servicios de salud y el aprovechamiento del capital humano y social que representa este sector de la sociedad.

El cuadro que se muestra a continuación resume lo escrito en las páginas anteriores y el rumbo que ha tenido el tema del envejecimiento activo en la Organización Mundial de la salud. En general, muestra las principales instancias en que la Organización de las Naciones Unidas ha tratado los temas de envejecimiento activo y el de los espacios públicos al aire libre (Cuadro 1.1).

Cuadro 1.1 El envejecimiento activo y los entornos saludables en la Organización Mundial de la Salud (OMS) y en general en la Organización de las Naciones Unidas (ONU).

El envejecimiento activo y los entornos saludables en la Organización Mundial de la Salud (OMS) y en general en la Organización de las Naciones Unidas (ONU).			
Fecha	Foro	Lugar	Actividad
1977	La tercera Conferencia Internacional sobre Promoción de la Salud: Entornos Propicios para la Salud- mejor conocida como Conferencia de Sundsvall- forma	Sundsvall, Suecia	La Conferencia de Sundsvall invita a la comunidad internacional a elaborar nuevos mecanismos de responsabilización sanitaria y ecológica que se apoye en los principios de un desarrollo sanitario durable. En la práctica, esto supone que las grandes iniciativas políticas y programáticas estén acompañadas de estudios acerca de su impacto sobre la salud y el medio ambiente.
Dic. de 1980	Reunión Especial Interorganismos ONU	Ciudad de México, México.	Se acordó que la OMS prepararía un documento sobre cuestiones multidisciplinarias que afectan el envejecimiento saludable
Agosto de 1982	Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento	Viena, Austria	Se plantea que el entorno urbano debe ser diseñado para facilitar las actividades de los de sesenta y más, con la finalidad de que estos puedan mantenerse activos.

Noviembre de 1986	Primera conferencia Internacional sobre la Promoción de la Salud	Ottawa, Canadá	Se menciona que los lazos que unen a las personas con su medio ambiente son la base para su acercamiento socio-ecológico a la salud y que la forma de vida el trabajo y el ocio deben ayudar a llevar una vida saludable.
Marzo de 1987	Informe Brundtland	Oslo, Noruega	Se utilizó por primera vez el término: Desarrollo Sostenible
Junio de 1992	Cumbre de la Tierra de Río de Janeiro	Río de Janeiro, Brasil	Se habló sobre soluciones para que los gobiernos apoyen el transporte público, como solución a los problemas de tráfico y contaminación de CO2.
Junio de 1996	Declaración de Estambul sobre los Asentamientos Humanos. Programa Hábitat II	Estambul, Turquía.	La declaración hace suyos los objetivos universales de garantizar vivienda adecuada para todos y mejorar las condiciones de los asentamientos humanos. Se comprometen a la conservación, rehabilitación y mantenimiento entre otros, de los espacios abiertos y paisajes.
Junio de 2000	La quinta conferencia mundial de promoción de la salud: Hacia una mayor equidad.	Ciudad de México, México.	En esta conferencia se recuerda que la mayor parte de las personas envejecen en sus comunidades y que proveer en entorno de estas, con las características adecuadas para que los mayores hagan uso de ellos, propicia la actividad física y la integración social de ellos.
Abril de 2002	Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento	Madrid, España.	Fue la primera vez que se habló en la OMS, del envejecimiento activo. Se empieza con el programa de Envejecimiento activo, que promulga la optimización de oportunidades para las personas mayores en áreas como: la salud, la seguridad, la participación y el aprendizaje a lo largo de la vida.
Noviembre de 2002	Declaración de Toronto para la Prevención Global del Maltrato de las Personas Mayores	Toronto, Canadá	Se presenta en el foro de la ONU la necesidad de proteger a los mayores del maltrato. Se plantea la estigmatización, tabús y estereotipos negativos de que son víctimas los integrantes de este sector poblacional como un problema que se debe atacar desde la perspectiva cultural en todos los ámbitos sociales.
2002	Un enfoque de la salud que abarca la totalidad del ciclo vital Repercusiones para la capacitación	Reino Unido	Se plantea la necesidad de hacer equitativos los servicios sanitarios a lo largo de todo el ciclo de vida de las personas, no únicamente los episodios mórbidos. Da crédito al hecho de que mediante cambios en el entorno se puede mejorar enormemente la calidad de vida de las personas.
Junio de 2005	XVIII Congreso Mundial de Gerontología de la I.A.G. denominado: “Envejecimiento Activo en el siglo 21”	Río de Janeiro, Brasil	En el se concibió el programa Ciudades Amigables con los Mayores de la OMS
2007	CIUDADES GLOBALES AMIGABLES CON LOS MAYORES: UA GUÍA	OMS, Ginebra, Suiza	Destaca la importancia que tienen los espacios al aire libre (espacios públicos), en la promoción del envejecimiento activo y saludable y brinda una serie de estatutos que sirven de guía en la habilitación de las ciudades amigables con los mayores.

Junio de 2009	Proyecto red mundial de ciudades amigables con las personas mayores	Ciudad de México, México.	Proyecto que pretende estudiar las características de las ciudades que afectan a los adultos mayores, en el que primero se hace un estudio de las características de las ciudades en estudio, luego se organizan grupos focales de adultos mayores para discutir los pros y los contras de las características de estas ciudades y luego implementar las políticas y acciones necesarias para lograr entornos amigables, con la participación activa de los mayores en todas las etapas del proyecto.
2012	Envejecimiento en el Siglo XXI: Una Celebración y un Desafío. Resumen ejecutivo	Nueva York, Estados Unidos	Es un documento que muestra datos estadísticos y plantea objetivos planteados con miras a fundamentar el envejecimiento activo a nivel mundial.
Julio de 2013	ONU, Asamblea General, Seguimiento del Año Internacional de las Personas de Edad: Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento "Hacia un instrumento jurídico internacional amplio e integral para promover y proteger los derechos y la dignidad de las personas de edad". Informe del Secretario General	Nueva York, Estados Unidos	Examina tres esferas prioritarias: acceso de las personas de edad al trabajo y el empleo decentes, el maltrato y la violencia contra los ancianos y la salud mental. Este informe examina las políticas, las prácticas legislativas y los programas relativos a las tres cuestiones concretas antes mencionadas como fundamentales para promover la participación de las personas de edad y su inclusión social a lo largo del proceso de envejecimiento.
2014	La situación demográfica en el mundo 2014. Informe conciso.	Nueva York, Estados Unidos	El informe presenta estadísticas demográficas que plantea el estancamiento del crecimiento demográfico del sector joven de la población mundial y el incremento relativamente mayor y constante de la población de adultos mayores. Presenta las estadísticas de la creciente concentración de la población mundial en las áreas urbanas.
2015	Informe Mundial sobre el Envejecimiento y la Salud	OMS, Ginebra Suiza	En este informe, se define el Envejecimiento Saludable como: "el proceso de desarrollar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez". En él se plantea la necesidad de adaptar las características de los sistemas de salud a fin de promover y lograr el envejecimiento saludable. A la vez, plantea la necesidad de adaptar el entorno físico y social, de manera que facilite el envejecimiento saludable.
2016	Protocolo de Vancouver	Vancouver, Canadá	En él se planteó un protocolo de investigación y desarrollo, en el marco del proyecto de "Ciudades Amigables con las Personas Mayores"

20019	Plan de acción sobre la salud de las personas mayores, incluido el envejecimiento activo y saludable para el período 2009-2018	Washington, D.C., EUA,	Este plan se enfoca principalmente en la Región de las Américas, hace énfasis en mantener el envejecimiento activo y saludable, pretende establecer un enfoque técnico acerca del envejecimiento activo.
Febrero de 2020	Decenio del envejecimiento saludable 2020-2030	Buenos Aires, Argentina	Este plan, denominado "el Decenio" promueve la colaboración entre las distintas instancias sociales con la OMS a la cabeza, para lograr que la población tenga un envejecimiento activo y saludable.

Fuente: Cano-Gutiérrez (2020). Elaboración propia

1.1.2 Actividad física, salud y bienestar en el envejecimiento. Claves para el envejecimiento activo desde el ámbito de la investigación científica.

El estudio se centra en el envejecimiento activo y en la manera en que el uso de los espacios públicos al aire libre beneficia a las personas de la tercera edad, ayudándolos a ejercitarse físicamente y a sentirse incluidos socialmente en su entorno. En las siguientes páginas se presentan algunos estudios en los que se analiza la relación existente entre la actividad física y el envejecimiento activo.

El envejecimiento es un proceso multifacético: físico, espiritual y social (Montes y Borrero, 2002). Así, el envejecimiento humano está asociado a la pérdida de masa muscular y la disminución de la velocidad al caminar, los cuales, están vinculados con la ausencia de actividad física en la vejez (Noriega et al., 2005). Al respecto, el 9% de los decesos a nivel mundial tienen origen en la inactividad física. Justamente, la inactividad afecta a más del 50% de los adultos mayores, como en el caso de los Estados Unidos, donde dicha tasa alcanza el 60% (Franco et al. 2015).

Diferentes estudios longitudinales (Philip y Michael, 2005; Almeida, 2013) han señalado que la actividad física sostenida favorecer una mejor supervivencia y promueve un envejecimiento activo y saludable. También, Chodzko y Zajko (2009) indicaron que la actividad física puede reducir los efectos de naturales del deterioro que se presenta con el envejecimiento sedentario, asimismo, ayuda a detener el progreso de las enfermedades crónicas y de las condiciones discapacitantes aumentando las expectativas de vida de los mayores. Así, se argumenta que el acceso a programas de ejercicio físico bien planificados, posibilidad el aumento de la actividad física y, como consecuencia, se favorece el envejecimiento activo. También, se ha constatado los beneficios de la actividad física moderada sobre la salud y el bienestar de los adultos mayores, como una menor prevalencia de enfermedades cardiovasculares, caídas, osteoporosis y problemas metabólicos, así como reduce el riesgo de discapacidad y dependencia (OMS, 2002; McPhee, 2016). Igualmente, el ejercicio físico moderado e intenso ayuda en los procesos psicológicos y cognitivos, como una menor prevalencia de problemas cognitivos y

demencias (alzhéimer) (Rockwood y Middleton, 2007; Öhman, 2016; Müllers, Taubert, 2019). A su vez, se observó los beneficios de la actividad física sobre la reducción de la depresión (Lautenschlager et al, 2008). De hecho, el ejercicio físico en la vejez se ha asociado con un mayor bienestar físico y mental vinculado con satisfacción con la vida, relaciones sociales positivas, y una disminución del riesgo de aislamiento social y soledad (McAuley et. al, 2000; Morgan, et. al, 2003; Windle, 2010).

Los estudios indican que existen diferencias desde la perspectiva de género en relación a la actividad física en la vejez (Schutzer, 2004). Así, se ha constatado que las mujeres presentan una mayor inactividad, principalmente, asociada a problemas crónicos de salud, escasas relaciones sociales, y problemas económicos (Moraet et al, 2004). Precisamente, se ha recomendado que las mujeres y otros grupos vulnerables realicen ejercicio físico con moderación, ya que les trae beneficios en las áreas social, física y psicológica (Guillén, 1993; Guillén, et al, 1994).

1.2 Los espacios públicos y el envejecimiento activo

En literatura internacional se observa el interés creciente de los investigadores de las ciencias sociales y humanidades, como psicología, geografía, arquitectura, urbanismo y diseño, por la gerontología ambiental y, de manera especial, por la influencia de los espacios públicos en el envejecimiento activo en el lugar. Precisamente, se registra una abundante literatura sobre la relación entre los entornos urbanos y el envejecimiento en ciudades de países anglosajones, como Reino Unido, Estados Unidos, Canadá y Australia. Sin embargo, en regiones en desarrollo, como América Latina y el Caribe, aún existe un escaso abordaje sobre el tema.

Los estudios constatan que en el espacio público la práctica de actividades físicas y sociales contribuye a mejorar la salud física y mental, así como favorece la integración social de las personas adultas mayores (Keysor y Jette, 2001; Swinburn y Sager, 2003; Chaudury, 2016). De hecho, múltiples investigaciones señalan que las actividades físicas al aire libre, como pasear y hacer deporte, generan beneficios potenciales que apoyan el mantenimiento de las capacidades funcionales y cognitivas de las personas de edad

avanzada, así como retrasan la aparición de la dependencia (Strawbridge et al. 2002; Bean et al., 2004; Weuve et al, 2004). Justamente, Tiedemann (2011) recomienda un incremento paulatino en la cantidad de ejercicio para reducir la dependencia entre las personas de edad, así como entre los cuidadores y los acompañantes.

El espacio público es expresión física, social y simbólica del barrio, asociado a lugares cotidianos, como la calle, la plaza, el parque y el mercado. Dicho entorno físico-social presenta diferencias objetivas y subjetivas, derivadas de las características del entorno construido y de su percepción, que son la expresión de la desigual ocupación y vinculación de la sociedad con los mismos. Así, se observan diferencias de uso del espacio público entre las personas mayores según las características geográficas, climáticas, sociales, políticas, religiosas y culturales de la urbe de estudio. Por ejemplo, en las ciudades localizadas en regiones septentrionales, como Jyväskylä (Finlandia), en determinados meses del año el clima frío extremo limita las actividades al aire libre y las relaciones sociales. A su vez, en ciudades mediterráneas, como Granada (España), con dominio de climas templados y cálidos, se observa el predominio de una cultura inclinada a la socialización, a través de la ocupación del espacio público, lo que facilita las actividades al aire libre (pasear, hacer deporte) y las relaciones sociales (Sánchez-González, 2009a).

Hoy se constata la existencia de una fuerte relación entre las características del entorno físico construido del espacio público y la permanencia en el lugar de las personas mayores (Holland et al, 2002). Precisamente, el tiempo de permanencia en el lugar favorece la generación de nexos emocionales y recuerdos que constituyen la experiencia espacial de los residentes más longevos (Sánchez-González, 2009a y 2014). Estos nexos emocionales con el vecindario y los espacios cotidianos favorecen un sentimiento de pertenencia, identidad y apego al lugar, los cuales, resultan claves en el desarrollo de estrategias de adaptación ambiental que facilitan el proceso de envejecimiento en el lugar (Sánchez-González, 2013; García-Valdez et al. 2019). De hecho, las expectativas de tener un envejecimiento activo y saludable se incrementan cuando los adultos mayores permanecen en el lugar en que han vivido buena parte de sus vidas, y se establece un fuerte apego al lugar (Warnes, 1990). Esta conexión simbólica con el barrio estimula su sensación de seguridad y, en consecuencia, se incrementa la posibilidad de que realicen actividades en las proximidades de sus residencias. Igualmente, las personas que habitan

largo tiempo en un mismo vecindario suelen compartir entre sí, intereses y formas de percibir la vida (Peace et al. 2006). De hecho, el sentimiento de pertenencia a la comunidad incide en la autoestima de las personas de la tercera edad y repercute en la disminución de las posibilidades de depresión, beneficiando su salud física y mental.

El contacto cotidiano con los elementos del espacio público facilita la generación de estrategias de adaptación y viabiliza el mantenimiento de las capacidades funcionales y cognitivas a medida que se envejece en el lugar. Precisamente, el grado de adaptación al entorno cotidiano que puede presentar el adulto mayor impacta en su calidad de vida (López, 2016). Al respecto, con la edad se experimenta una progresiva disminución de capacidades funcionales y cognitivas, lo que provoca un menor ajuste ante las presiones del entorno del barrio y, sobre todo, de la vivienda (Golant, 1984). Al mismo tiempo, algunos de los problemas de salud más comunes que se presentan en las personas de la tercera edad se relacionan con la inactividad física, como hipertensión, diabetes, enfermedades cardíacas y el cáncer (Kaczynski y Henderson, 2007). De lo cual, se desprende que el fomento del envejecimiento activo en el lugar puede prevenir la aparición de problemas de salud en la vejez, así como retrasar la dependencia.

La literatura científica indica la relación entre el entorno físico y la promoción del envejecimiento activo en el lugar. Dicha relación está condicionada por las características del ambiente y las capacidades personales (Lawton y Nahemow, 1973). Al respecto, el deterioro de las capacidades físicas y cognitivas de las personas octogenarias incrementa el riesgo de accidentarse, por lo que suelen optar por limitar sus salidas de la vivienda y dejan de pasear por los espacios públicos, lo que reduce sus relaciones sociales (Hovbrandt et al. 2007). A pesar de ello, la presencia de barreras arquitectónicas y la ausencia de transportes públicos adaptados limita su movilidad y favorece el aislamiento físico (Bárcenas-Padilla y Sánchez-González, 2017), lo que se agudiza con situaciones de desinformación, abandono y exclusión social, y se traduce en un incremento de los problemas de salud y dependencia (Sánchez-González, 2009b). Asimismo, la existencia de inadecuaciones en los entornos urbanos puede incrementar el riesgo de caídas entre las personas de edad (Iwarsson, et al., 2013).

Diferentes estudios denuncian que la población de 60 y más años percibe que en el espacio público cotidiano no puede moverse o ejercitarse tanto como quisieran,

derivado de los problemas de diseño urbano inadecuado, así como la existencia de barreras arquitectónicas (pendientes pronunciadas, ausencia de rampas), al riesgo de caídas por irregularidades en el terreno, elevado tráfico, y escasa presencia de áreas verdes (Rantakokko et al. 2010). En el mismo sentido, los espacios públicos con características adversas propician el temor y la ansiedad a salir del domicilio entre las personas de edad, elevando su dependencia y necesidad de ayuda de familiares y amigos (Iwarsson, 2005). A su vez, la existencia de diseños urbanos inadecuados limita la caminabilidad de los barrios que habitan los adultos mayores (Sánchez-González, 2009b).

La distancia a los espacios públicos puede desalentar su uso por parte de las personas de edad. Así, la distancia física y los problemas de legibilidad del espacio público, asociados con calles no acondicionadas, ausencia de señalizaciones adecuadas y falta de medios de transporte adaptados, pueden inducir a los adultos mayores a perder el interés en pasear y socializar (Bentley et al. 1999; Cunningham y Michael, 2004).

En el barrio la inseguridad percibida suele estar relacionada con el aislamiento del adulto mayor, y asociada con ciertas transformaciones del espacio público, como procesos de gentrificación del centro de las ciudades, que suelen ocasionar confusión y desorientación. También, la implementación de las nuevas tecnologías relacionadas con las emergentes "smart cities" o ciudades inteligentes que, aparentemente, incorporan modelos no excluyentes en medio ambiente, movilidad, economía, gobernanza y vivienda, y que, sin embargo, están generando la exclusión de las personas de edad, las cuales, suelen estar menos familiarizadas con las nuevas tecnologías aplicadas a servicios básicos, como los transportes públicos (Beltrán-Moncada, 2013).

El deterioro de la salud y los problemas de dependencia, así como la falta de ayudas explican los problemas de desadaptación al entorno cotidiano. En ocasiones, el entorno construido de la vivienda no es viable para ser adaptado, por ejemplo, edificios antiguos de varias plantas que no permiten la adaptación de un ascensor. En estos casos, la opción recomendada suele ser la mudanza o la reubicación. Este hecho motiva que determinados adultos mayores experimenten un proceso inicial de desapego al nuevo lugar (vivienda del familiar o residencia), ya que no están familiarizados con los nuevos entornos, las rutinas cotidianas de los vecindarios y las personas que en él viven (Thang y Kaplan, 2013).

Hoy se subraya la importancia de favorecer investigaciones para mejorar el diseño y la adaptación de los entornos cotidianos, la vivienda y el espacio público, y promover el envejecimiento activo en el lugar (OMS, 2007). Así, la configuración del entorno urbano tiene un gran efecto en el envejecimiento activo, ya que, puede favorecer la adaptación en condiciones de seguridad y bienestar para las personas adultas mayores (Portegijs et al. 2014). Asimismo, los cambios en el espacio público, como la eliminación de barreras arquitectónicas, la mejora de la señalización, la reducción o eliminación del tráfico, contribuyen a favorecer las actividades al aire libre entre las personas mayores. También, el acceso a infraestructuras, equipamientos y servicios de proximidad (centros de salud, teléfonos de emergencias, corredores amplios) mejora la calidad de vida de las personas adultas mayores y reduce las posibilidades de la reubicación. Precisamente, la implementación de un buen diseño urbano tiene importantes beneficios para la salud y bienestar de las personas de avanzada edad, las cuales, generalmente, suelen presentar mayores índices de inactividad física y dependencia (Sarte, 2008). Asimismo, el entorno social está relacionado con la promoción de las actividades deportivas en la vejez, como lo constatan los programas de tiempo libre dirigidos a personas de edad y que apoyan el acompañamiento de amigos, y cuyos resultados revelan cómo se fomentan las actividades físicas y se favorece el sano desenvolvimiento social de los mismos (Chaudhury *et al.* 2011 y 2016). Además, se ha evidenciado la relevancia de los factores sociales, como las redes de apoyo del vecindario, ya que pueden llegar a ser más relevantes en la actividad física del adulto mayor, que determinados factores del entorno físico, como la presencia y accesibilidad a servicios urbanos (Iwarsson, et al., 2013).

Se han estudiado los atributos y las funciones del espacio público que determinan el envejecimiento activo en el lugar (Bentley et al. 1999; Brothie, 2014; Sánchez-González y Cortés, 2016), como la accesibilidad, la seguridad, la estimulación, la legibilidad y la atraktividad, a través de la eliminación de barreras arquitectónicas, la disminución del tráfico, la peatonalización de las calles, la proximidad a áreas verdes, la presencia policial, y la existencia de señalamientos, bancos y baños públicos. También, la legibilidad del entorno, mediante señales, carteles y módulos informativos, disminuye el riesgo de desorientación y favorece el desarrollo de actividades al aire libre, así como una mayor sensación de seguridad y control en el espacio público (Burton y Lynne, 2006; Holland et al. 2007). En la misma línea, algunas ciudades alemanas han empezado a

implementar mejoras en sus espacios públicos, a través de diseños inclusivos, lo que se ha traducido en una mejora de la calidad de vida de las personas envejecidas y, en general, de la población total (Fobker y Grotz, 2006).

En el barrio la proximidad o la existencia de parques públicos, jardines y otras áreas verdes, estimulan la promoción del envejecimiento activo en el lugar. De hecho, se ha constatado los beneficios terapéuticos de los elementos naturales sobre la salud física y anímica de los transeúntes de edad, al favorecer las actividades al aire libre, así como propiciar el encuentro para las relaciones sociales (Sánchez-González, 2017). También, la presencia de elementos naturales (árboles y flores) ayuda a la estimulación ambiental y motiva a las personas mayores a pasear y realizar deporte, lo que afecta de manera positiva al envejecimiento activo en el lugar (Takano et al., 2001 y 2002). De hecho, la proximidad de estos espacios públicos (parques, áreas verdes) a sus hogares se suele potenciar su uso, incluso entre personas con dependencia, ya que, generalmente, existe mayor predisposición y familiaridad con el entorno, lo que se traduce en una menor necesidad de ayuda de otras personas para acceder a los mismos (USDHHS, 1996).

En las últimas décadas se ha constatado la importancia de la participación activa de las personas adultas mayores en la planificación y el diseño de los espacios públicos en los que envejecen (Sánchez-González y Cortes, 2016). Dicha participación está justificada por la valiosa experiencia y el conocimiento que tienen del lugar las personas de edad, así como por los beneficios que aporta al conjunto de la sociedad. Igualmente, se ha constatado que el fomento de la participación de las personas de edad favorece su empoderamiento e integración social. También, algunos expertos (Lekwa *et al.* 2007) subrayan la importancia de la participación activa de las personas mayores en la configuración de las características de los espacios públicos para propiciar el envejecimiento activo de las comunidades. Asimismo, se argumenta que el futuro sostenible de nuestros entornos y su adaptación al cambio climático implicará la necesidad de una mayor involucración y protagonismo de las personas adultas mayores ante los retos del siglo XXI (Sánchez-González y Chávez, 2016).

La literatura científica constata el creciente interés por abordar el envejecimiento demográfico urbano, a través de contribuir a favorecer entornos amigables con las personas de edad y propiciar el envejecimiento activo en el lugar. En un contexto de

cambio se observan contradicciones entre las reivindicaciones de los investigadores y de los colectivos sociales, en relación con la necesidad de generar mayor conocimiento sobre las implicaciones del entorno en el envejecimiento, y la limitada respuesta de los actuales gobiernos.

El desigual avance en investigación sobre gerontología ambiental y la promoción del envejecimiento activo en el lugar está asociado al proceso de envejecimiento demográfico, el nivel socioeconómico, el grado de concienciación social, y la inversión en investigación de los distintos países. Como resultado, los países anglosajones y escandinavos, con mayor nivel de desarrollo socioeconómico y que experimentan un acusado proceso de envejecimiento de la población, tradicionalmente, han destinado de manera continuada mayores recursos a la investigación sobre este sector de población, lo que ha permitido el avance de los estudios en gerontología ambiental. Sin embargo, en la mayoría de los países del mundo, sobre todo, de regiones en desarrollo, aún existe un escaso abordaje de las cuestiones gerontológicas del entorno donde se envejece, circunstancia que, paradójicamente, será crucial para diseñar políticas de envejecimiento y posibilitar la mejorar la calidad de vida de la población de edad, lo que puede contribuir a reducir su impacto sobre el gasto público.

La evolución de las ciudades y la distinta sensibilidad hacia los espacios públicos explica la heterogeneidad de sus características físicas y sociales, así como las diferentes formas de ocupación y apropiación por parte de la población envejecida. En general, en las grandes urbes han predominado diseños no adaptados para una sociedad que envejece en el lugar. En este sentido, los actuales problemas de diseño de los espacios públicos están considerados como uno de los elementos principales que obstaculizan el normal desenvolvimiento y limitan las posibilidades de desarrollo personal de la tercera edad (Rantakokko et al, 2009). Asimismo, en barrios degradados de los centros urbanos y de la periferia la problemática configuración y diseño de sus espacios públicos agrava los problemas de exclusión social de sus residentes de edad, principalmente, con movilidad reducida y de aquellos con problemas de discapacidad y dependencia.

En décadas recientes diferentes organismos internacionales, como la Organización Mundial de la Salud, con el apoyo de distintos gobiernos regionales y locales, están posibilitando la puesta en marcha de iniciativas de envejecimiento activo,

como el programa de ciudades amigables con las personas de edad, que suponen un avance en favor del cambio en la forma de diseñar los espacios públicos y posibilitar una mayor visibilidad y actividad de este valioso colectivo.

Las nuevas investigaciones evidencian que determinados atributos y funciones del entorno físico y social del espacio público, como la estimulación, la legibilidad y la atraktividad, constituyen un referente para favorecer el envejecimiento activo en el lugar. Asimismo, en los estudios ha quedado constatada la importancia del entorno natural en la promoción de la salud, a través del incremento de las actividades al aire libre, de los intercambios intergeneracionales y de la integración social de las personas de edad.

La realidad presente y futura está marcada por una sociedad que envejece en un contexto urbano, económico y climáticamente inestable. Por ello, es necesario un mayor desarrollo de la investigación en gerontología ambiental desde un enfoque interdisciplinar y longitudinal, para posibilitar mejores diseños inclusivos y amigables con las personas de edad y, en general, con la sociedad en su conjunto. Asimismo, se debe replantear todo lo que rodea al proceso de envejecimiento, así como el papel que deben jugar las personas adultas mayores, como actores clave, en lo referente a su salud, economía y diseño de sus entornos cotidianos presentes y futuros.

PARTE 2: Argumentación metodológica

Capítulo II: Metodología

2.1. Diseño y enfoque de la investigación.

La presente investigación tiene un enfoque mixto, cualitativo y cuantitativo. Asimismo, el alcance es correlacional explicativo.

2.1.1 Instrumentos: revisión de la literatura científica sobre la relación entre los espacios públicos y el envejecimiento activo, desde el enfoque de la gerontología ambiental. También, realizar el análisis estadístico y georreferenciado de los datos de una encuesta propia a personas de 60 y más años residentes en sus comunidades en el Área Metropolitana de Monterrey.

Los instrumentos de análisis cuantitativos son: la recopilación por medio de una encuesta de datos referentes a la población en estudio y de su punto de vista respecto a los espacios públicos al aire libre del Área Metropolitana de Monterrey. Dicha encuesta presenta una muestra definitiva de 440 adultos mayores. Para el análisis estadístico se empleó el software SPSS y para el análisis geoestadístico el ArcGIS.

2.1.2 Variables

Variable independiente: Los espacios públicos al aire libre.

Variable dependiente: El envejecimiento activo.

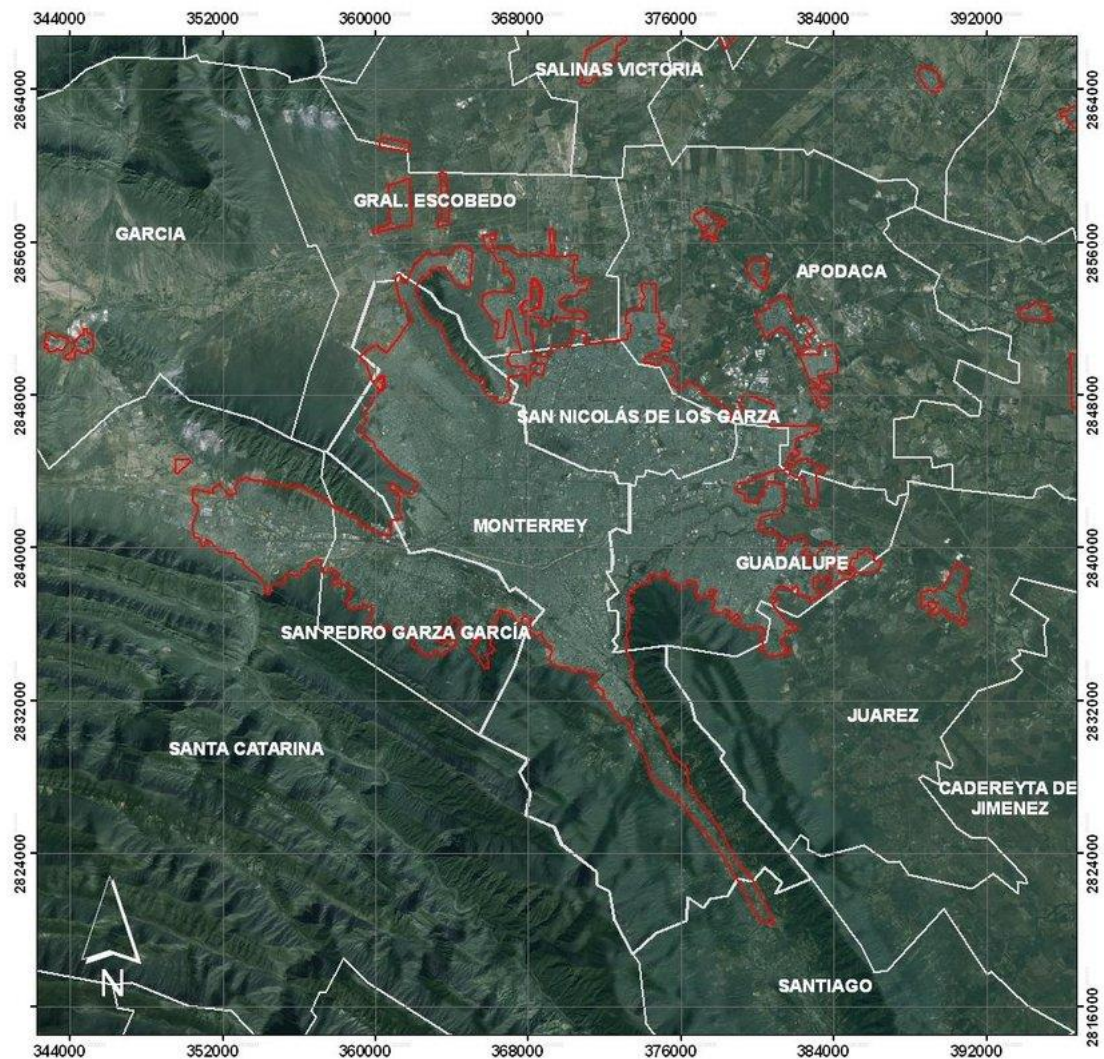
2.1.3 Importancia: se pretende coadyuvar al esclarecimiento de las características del entorno de los espacios al aire libre para que favorezcan el envejecimiento activo. Con ello, se pretende contribuir a favorecer políticas públicas sobre ciudades y comunidades amigables con las personas de edad y promover el envejecimiento activo en Monterrey y, en general, en ciudades de América Latina.

2.2 Determinación del área de estudio:

Los espacios públicos al aire libre localizados en el Área Metropolitana de Monterrey. En dicha área metropolitana se seleccionaron los municipios de Guadalupe, San Nicolás de los Garza y Monterrey, que concentran el 63,3% de la población de 60 y

más años del Estado de Nuevo León (INEGI, 2001). Al respecto, una población se considera envejecida si más del 7% de la población tiene 65 años y más, madura si entre 4 y 7% tienen 65 años o más, y joven si menos del 4% tienen 65 años o más. La población de Monterrey se considera como una población madura y muestra una clara tendencia al envejecimiento poblacional, al exceder el 7% de adultos mayores en sus índices poblacionales.

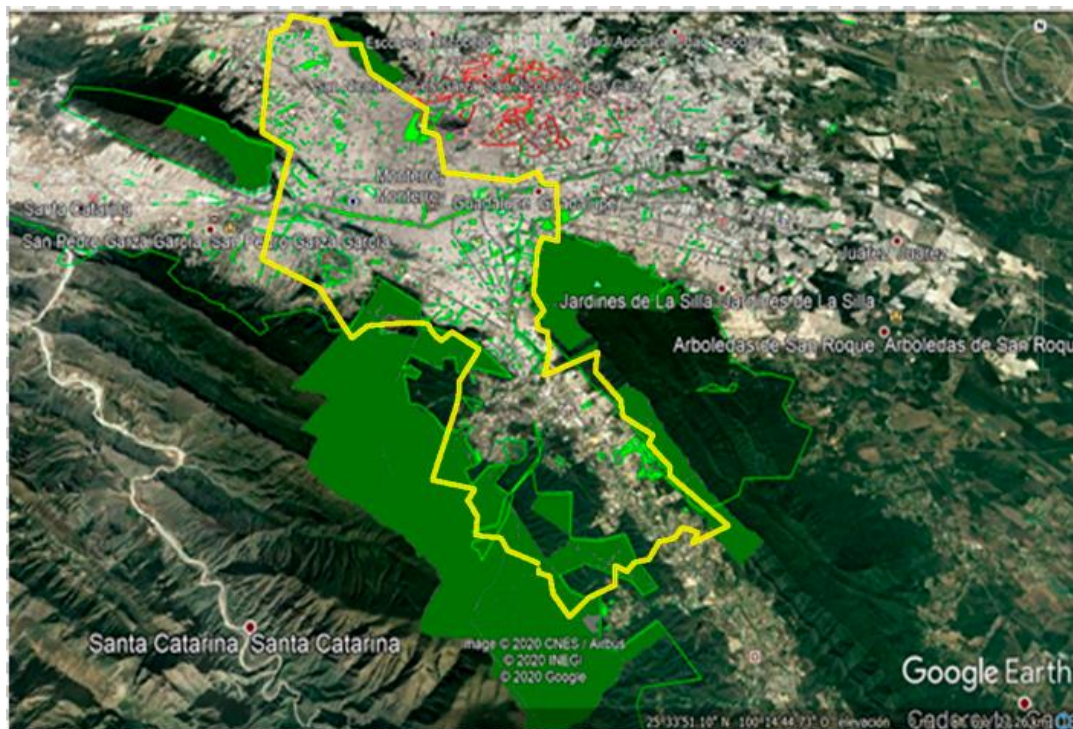
Figura 2.1 Mapa del Área Metropolitana de Monterrey



Consultada en la web el 28 de noviembre de 2020. https://www.researchgate.net/figure/Figura-II-1-Mapa-del-Area-Metropolitana-de-Monterrey_fig6_323393204.

Uno de los factores determinantes del envejecimiento activo es la práctica de caminatas de al menos 30 minutos diarios. Una manera práctica y económica de llevar a cabo esta actividad, es caminar en las calles y los parques y jardines próximos al lugar en que residen los mayores, esto aparte de proporcionar el ejercicio físico necesario para conservar la salud física y mental de los mayores los ayuda a sentir que pertenecen al lugar en que viven, porque al pasear se familiarizan con los cambios que se van realizando en su vecindario conforme pasa el tiempo. La mayor concentración de espacios urbanos al aire libre del Área Metropolitana de Monterrey, como son parques y jardines, se localizan también en los tres municipios seleccionados se muestran a continuación en color verde en las Figura 2.3.

Figura 2.2 Mapa del municipio de Ciudad de Monterrey, N. L. que muestra las áreas verdes que existen en él.



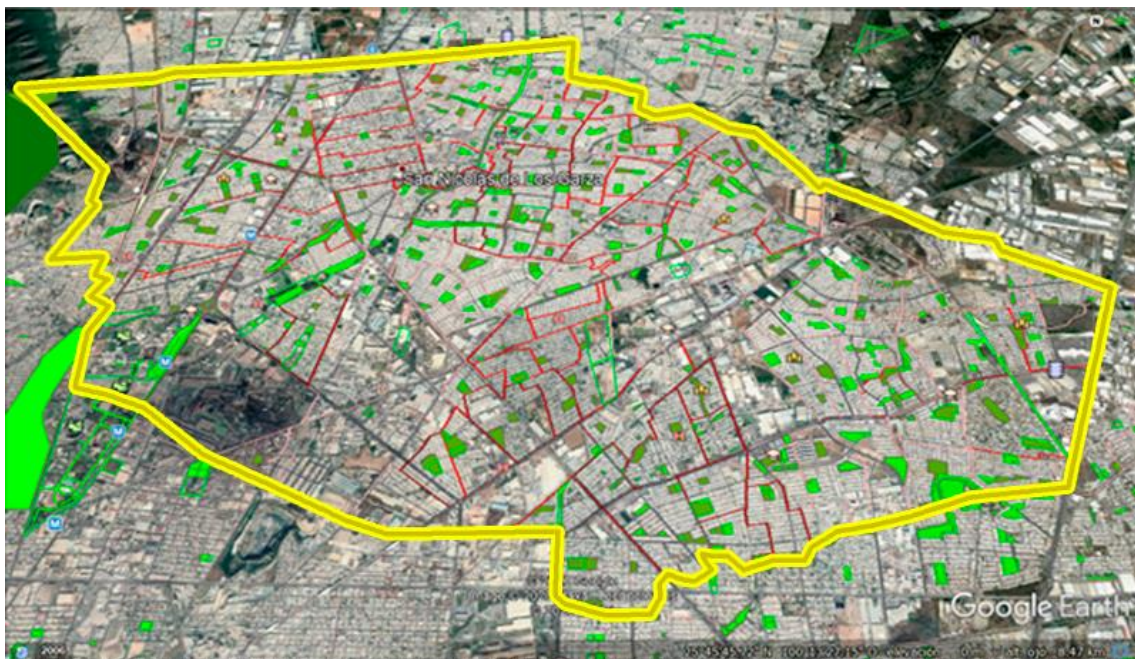
Fuente: Cano-Gutiérrez (2020). Elaboración propia. Consultada en la web el 28 de noviembre de 2020. Google Earth.

Figura 2.3 Mapa del municipio de Ciudad Guadalupe, N. L. que muestra las áreas verdes que existen en él.



Fuente: Cano-Gutiérrez (2020). Elaboración propia. Consultada en la web el 28 de noviembre de 2020. Google Earth.

Fig. 2.4 Mapa del municipio de San Nicolás de los Garza, N. L. que muestra las áreas verdes que existen en él.



Fuente: Cano-Gutiérrez (2020). Elaboración propia. Consultada en la web el 28 de noviembre de 2020. Google Earth.

2.3 Determinar el tamaño de la muestra:

Para determinar el tamaño de la muestra de la población, se consideró que, en el cálculo del tamaño de la muestra proyectada para estudios simples, cuando la población objeto de estudio es grande (superior a 10.000 casos, en otros autores se reduce a 5.000 casos) (ROJAS SORIANO, R., 2002, pp. 298-303)

“Z” es igual al nivel de confianza requerido para generar los resultados hacia la población.

$$n = \frac{Z^2 pq}{E^2}$$

- Se obtiene de la tabla de Distribución Normal Estandarizada.
- Normalmente se emplea el 95% y 99% de significación o confianza, es decir, la probabilidad de error sería del 5% y 1% respectivamente.
- Se utilizan valores tipificados, lo que significa en el caso del 95% de confianza, dividirlo entre dos ($47,5\% = 0,4750$, ya que la curva normal está distribuida en dos partes).
- El valor 0,4750 se localiza en el cuerpo de la tabla a 1,96

“E” es igual al nivel de precisión requerido para generar los resultados hacia la población (también se conoce como error muestral).

Normalmente se obtiene restando al 100% el nivel de significación:

Para un nivel de significación del 95% $\diamond E = 100\% - 95\% = 5\%$

Para un nivel de significación del 95,5% $\diamond E = 100\% - 95,5\% = 4,5\%$

Para un nivel de significación del 99% $\diamond E = 100\% - 99\% = 1\%$

“pq” se refieren a la variabilidad del fenómeno. Normalmente se otorga a “p” y “q” la máxima variabilidad posible, es decir, “p = 0,5” y “q=0,5”

n^i = muestra inicial (Número de encuestas a realizar para una población igual o superior a 5,000 habitantes)

Z^2 = Nivel de Confianza del 1.96 (para un nivel de significación del 95%)

p = Probabilidad de acierto a 50% a 0.5

q = Probabilidad de error a 50% a 0.5

$E = \text{Error muestral} \rightarrow 5\% \rightarrow 0.05$

$$n^i = \frac{Z^2 pq}{E^2} = \frac{(1.96)^2 (0.5)(0.5)}{(0.05)^2} = \frac{(3.8416)(0.25)}{0.0025} = \frac{0.9604}{0.0025} = 384.16$$

En la presente tesis se analizaron los resultados de 440 encuestas, que fueron aplicadas a personas de 60 años o más que habitan en las ciudades de San Nicolás de los Garza, Monterrey y Ciudad Guadalupe en el estado de Nuevo León, México.

En Monterrey y su Área Metropolitana los tres municipios con mayor número de adultos Mayores son: Monterrey, que presenta la mayor concentración de adultos mayores 135,735, seguido por Guadalupe con 65,515 y San Nicolás de los Garza con 49,653. En términos porcentuales Monterrey concentra el 54% de la suma de la población total de estos tres municipios, Guadalupe el 26.11% y San Nicolás de los Garza el 19.79%, del total de población de la población de estos tres municipios (cuadro 3.1.).

Del total de la población de adultos mayores presentes en los tres municipios en cuestión, se presenta la constante de mayor cantidad de mujeres con respecto a la cantidad de hombres, siendo de: 44.7% de varones y 55.3% de mujeres, que representan a 60,625 varones y 75,110 mujeres, que habitan en Monterrey. En el municipio de Guadalupe viven 30,690 varones y 34,825 mujeres, los cuales representan respectivamente el 46.8% de varones y 53.2% de mujeres. Por su parte San Nicolás de los Garza muestra la misma tendencia, es decir la prevalencia numérica de mujeres sobre la de varones, siendo la población de varones de 22,909 y la de mujeres 26,744, lo cual representa un 46,1% de población masculina y un 53.9% de población femenina. (Ver Cuadro 3.2).

La distribución porcentual corrobora una presencia mayor de mujeres en proporción a la de los hombres que se presentan en las encuestas del INEGI en personas de 60 años o más. Si bien la sobreabundancia de mujeres no es muy notoria en los municipios, si es notorio que esta diferencia tiene una tendencia natural a incrementarse conforme avanza el rango de edad. Debemos hacer notar, que en la presente encuesta se presenta un sesgo respecto a la tendencia al aumento de las mujeres conforme avanza la edad, debido a que las mismas tienen una mejor esperanza de vida a partir de los 75 años, en el presente estudio podemos constatar una mayor presencia relativa de varones en los

espacios públicos, ya que por cuestiones socioculturales la mujer se ve relegada a llevar la mayor parte de su existencia en el entorno de su hogar. Así podemos observar, como la diferencia porcentual de la cantidad de mujeres con respecto a la de los hombres se va incrementando conforme avanzan en edad: en el rango de 60 a 64 años la diferencia es de 10.1%, de 65 a 69 se incrementa a 11.6%, en el rango de edad de 70 a 74 años continúa el incremento paulatino, aumentando a 12.2%. Sin embargo, debido a la mayor presencia de los varones en los espacios públicos, en el siguiente rango de edad, que representa a las personas de 75 a 79 años se ve una marcada disminución de la cantidad de mujeres con respecto al porcentaje de hombres del mismo rango de edad (ver cuadro 3.6).

2.4 Diseño de la encuesta:

La encuesta se basa en diferentes instrumentos citados en la literatura (Sánchez-González, 2004; Cerin, 2006). En dicha encuesta se incluyen dimensiones sociodemográficas, de salud, residenciales, uso de los espacios públicos y relaciones sociales. Se incluyeron variables del tipo Likert porque desde el punto de vista estadístico es interesante contar con variables que no sean nominales. Dicho cuestionario fue validado mediante pretest.

Primeramente, se aplicó una encuesta piloto a 60 adultos mayores, con lo cual se tuvo la ocasión de hacer las correcciones pertinentes. Para ello, en la aplicación de pretest y cuestionario definitivo se contó con la colaboración de profesores y alumnos de la Universidad Autónoma de Nuevo León, que, previamente, había sido informados y formados sobre cómo aplicar el mismo.

Después de ver los resultados del pretest, se adecuaron algunas preguntas y se eliminaron aquellos cuestionamientos que no eran aptos. Como resultado se obtuvo un cuestionario definitivo que fue aplicado. El mismo permitió una muestra definitiva constituida por 440 cuestionarios validados. Dicha muestra definitiva obtuvo un error muestral del 5.1% (ver Anexo 1, Formato de cuestionario). Calculando el Alfa de Cronbach (ver Cuadro 2.1), basado en el promedio de las correlaciones entre las variables de la encuesta, se obtuvo un grado de confiabilidad de .840, considerado adecuado.

Cuadro 2.1. Estadísticas de fiabilidad.

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0.844	0.840	38

Fuente: Cano-Gutiérrez (2018). Elaboración propia

2.5 Distribución de la muestra definitiva

El tamaño de la muestra definitiva, compuesto por 440 encuestas, se correspondieron con el 54.1% de Monterrey, el 26.1% de Guadalupe y el 19.8% de San Nicolás de los Garza (ver cuadro 3.1.). Por géneros, el 44.7% de las encuestas fueron varones y el 55.3% mujeres en Monterrey. En el municipio de Ciudad Guadalupe, serían el 46.8% de encuestas aplicadas a varones y el 53.2% de encuestas aplicadas a mujeres en consonancia con los correspondientes porcentajes de población masculina y femenina que habitan en dicho municipio. San Nicolás de los Garza por su parte debería presentar un 46.1% de encuestas aplicadas a varones y un 53.9% aplicadas a mujeres (ver cuadro 3.2).

Cuadro 3.3. Distribución del número de encuestas, en los municipios Ciudad Guadalupe, Monterrey y San Nicolás de los Garza, *varón y mujer, 2017*

Municipios	Encuestas Total	Varón 60 y más Encuestas	Mujer 60 y más Encuestas	Total 60 y más %
Monterrey	238	106	132	0.05
Guadalupe	115	54	61	0.02
San Nicolás de los Garza	87	40	47	0.02
Total	440	200	240	0.10

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Como es de esperarse, debido a la proporción de habitantes de sexo femenino que es mayor que el número de habitantes de sexo masculino mayores de 60 años, las encuestas mostraron también una tendencia a ser mayor el número de cuestionarios hechos por personas del sexo femenino, que aquellas contestadas por las de sexo masculino. En Monterrey se esperaba que fueran 106 encuestas las respondidas por varones y se ha excedido ligeramente con 113 encuestas: de mujeres se proyectaron 132 y han sido 129. En Ciudad Guadalupe, de 54 encuestas proyectadas para varones se aplicaron 47 y de 61 esperadas en mujeres han sido 56. El municipio de San Nicolás de los Garza se excedió ligeramente, de 40 encuestas proyectadas para personas del sexo masculino se obtuvieron 46 y de 47 esperadas para el sexo femenino se levantaron 49. Del 54.1% de las encuestas que se levantarían en Monterrey se lograron un 55%, en Guadalupe del 26.1% se pudo aplicar un 23.4% y en San Nicolás de los Garza de 19.8% que se esperaba se obtuvieron el 21.6 %. Las variaciones entre las encuestas proyectadas y las definitivas (ver cuadros 3.3 y 3.4) se consideran dentro de un rango aceptable para validar el levantamiento de la

encuesta como exitoso. El proceso estadístico se realizó con el programa Excel, posteriormente se procedió a manejar los datos en el SPSS y finalmente en el Arc GIS, el Arc Map para elaborar los mapas.

Cuadro 3.4. Distribución del número de encuestas por sexo, en los municipios Ciudad Guadalupe, Monterrey y San Nicolás de los Garza, *varón y mujer*, 2017

Municipios	Encuestas Total	Varón 60 y más Encuestas	Mujer 60 y más Encuestas	Total 60 y más %
Monterrey	242	113	129	55.00
Guadalupe	103	47	56	23.40
San Nicolás de los Garza	95	46	49	21.60
Total	440	206	234	100.00

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

2.6 Método de análisis:

Los datos de la encuesta fueron grabados y desagregados a nivel de sujeto y área de estudio (colonia) para su análisis estadístico mediante el software SPSS. Posteriormente, se llevó a cabo un análisis bivariado, univariado y multivariado. Asimismo, en una segunda fase, se realizaron análisis estadísticos univariados (frecuencias, media, porcentajes), bivariados (correlación de Pearson), y multivariados (análisis de componentes principales, análisis de clúster), cuyas técnicas permiten examinar la interdependencia entre las variables, y tienen un propósito de predicción. A su vez, en el análisis de componentes principales para datos por colonias, se empleó el método de rotación varimax normalizada y se seleccionaron las comunales y puntuaciones factoriales superiores a 0,5. La técnica del análisis de cluster posibilitó la agrupación de colonias relativamente homogéneo a partir de las puntuaciones de los factores obtenidos, y mediante distancias euclidianas. Además, se empleó un Sistema de Información Geográfica, mediante el software ARCGIS, para el análisis socioespacial de las variables obtenidas.

PARTE 3: Análisis e interpretación de resultados

Capítulo III: Características sociodemográficas de las personas mayores encuestadas

3.1. Introducción

En el presente capítulo se realiza una aproximación a la distribución espacial de la población de 60 y más años en los municipios seleccionados del Área Metropolitana de Monterrey, a partir de los datos de Censo de población y vivienda (INEGI, 2010). También, se analizan los datos de la encuesta relativos a las características sociodemográficas de la población de 60 y más años no institucionalizada y que viven en comunidad en el Área Metropolitana de Monterrey. Dicha información será clave para posibilitar un acercamiento a los potenciales usuarios de edad de los espacios públicos al aire libre de la urbe mexicana.

3.2. Sexo y edad

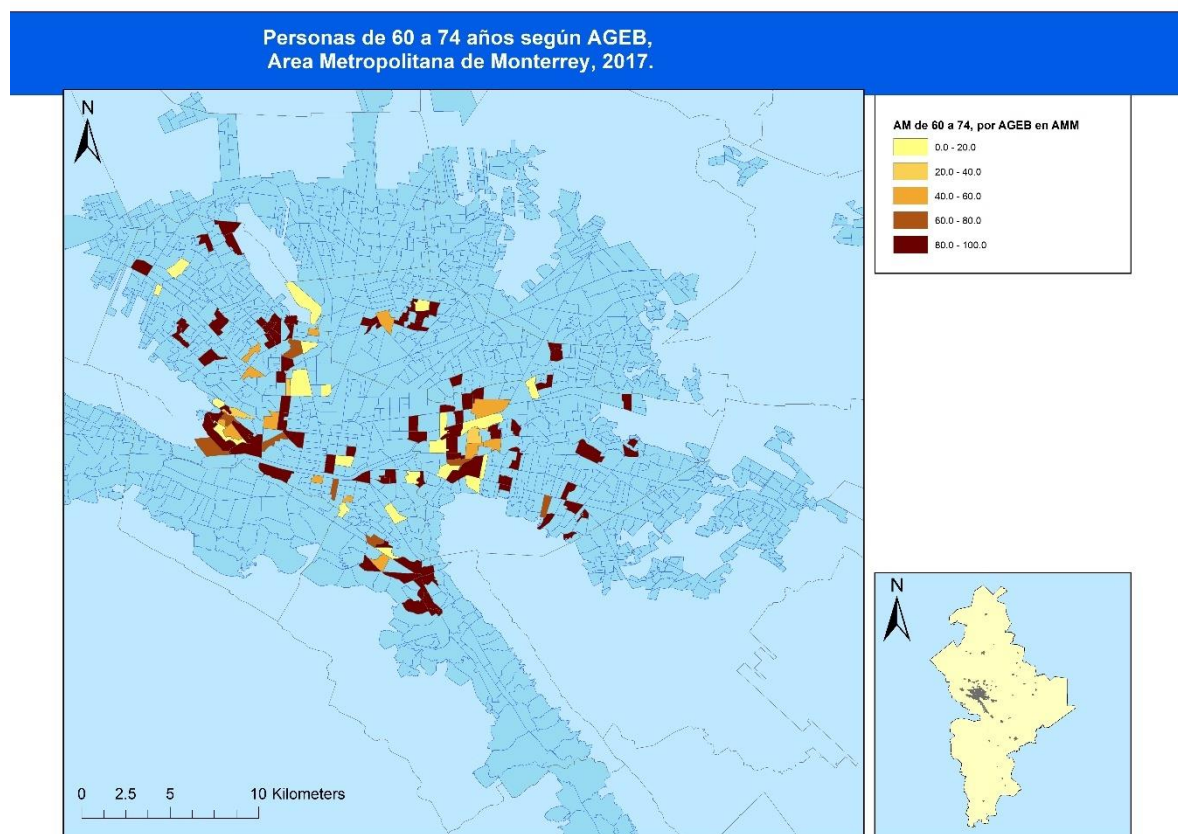
En el Área Metropolitana de Monterrey los tres municipios con mayor número de adultos Mayores son: Monterrey, que presenta la mayor concentración de adultos mayores 135,735, seguido por Guadalupe con 65,515 y San Nicolás de los Garza con 49,653. En términos porcentuales Monterrey concentra el 54% de la suma de la población total de estos tres municipios, Guadalupe el 26.11% y San Nicolás de los Garza el 19.79%, del total de población de la población de estos tres municipios (cuadro 3.1. y figuras 3.1. y 3.2.).

Cuadro 3.1. Distribución de adultos mayores, por Municipios Guadalupe, Monterrey y San Nicolás de los Garza, 2017

Municipios	Total 60 y más	Total 60 y más %
Monterrey	135735	54.10
Guadalupe	65515	26.11
San Nicolás de los Garza	49653	19.79
Total	250903	100.00

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

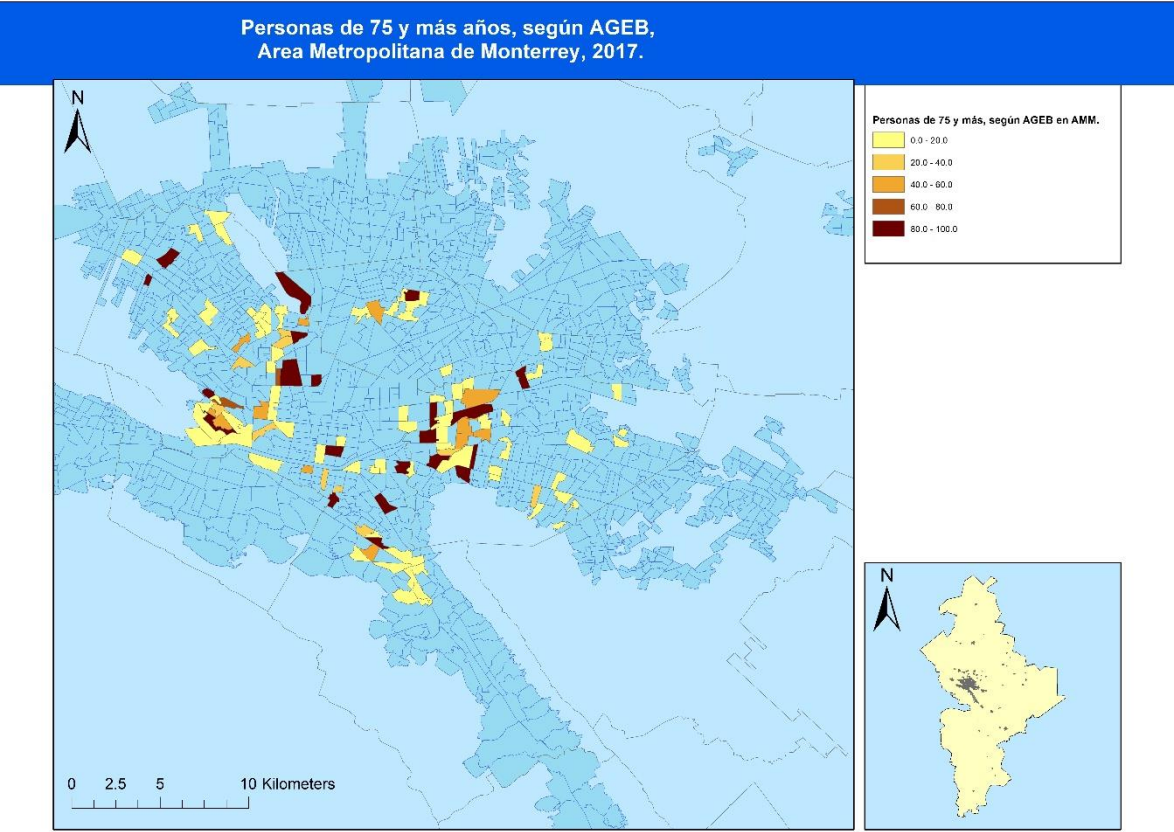
Figura 3.1. Mapa del porcentaje de personas de 60 a 74 años según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Del total de la población de adultos mayores presentes en los tres municipios en cuestión se presenta la constante de mayor cantidad de mujeres con respecto a los hombres, siendo de: 44.7% de varones y 55.3% de mujeres, lo que da una sumatoria de 60,625 varones y 75,110 mujeres, que habitan en Monterrey. Por otro lado, en el municipio de Guadalupe viven 30,690 varones y 34,825 mujeres, los cuales representan porcentualmente el 46.8% de varones y 53.2% de mujeres. Por su parte San Nicolás de los Garza muestra la misma tendencia: la prevalencia numérica de mujeres sobre la de varones, siendo la población de hombres de 22,909 y la de mujeres 26,744, lo cual significa un 46,1% de población masculina y un 53.9% de población femenina. (Ver cuadro 3.2.)

Figura 3.2. mapa del porcentaje de personas de 75 y más años según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



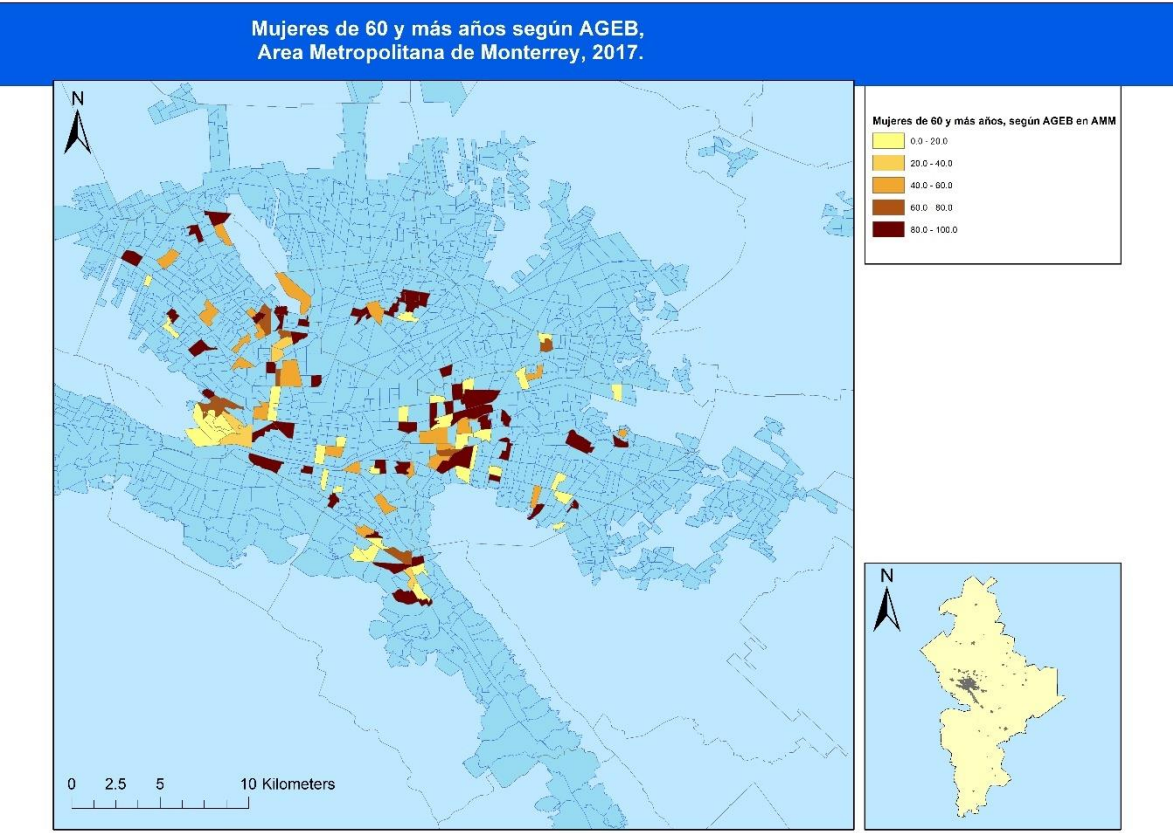
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.2. Distribución de la población de 60 y más, en los municipios de Ciudad Guadalupe, Monterrey y San Nicolás de los Garza, por sexo, 2017

Municipios	Varón 60 y más	Mujer 60 y más	Varón 60 y más %	Mujer 60 y más %
Monterrey	60625	75110	44.7	55.3
Guadalupe	30690	34825	46.8	53.2
San Nicolás de los Garza	22909	26744	46.1	53.9
Total	114224	136679	45.5	54.5

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.3. Mapa del porcentaje de mujeres de 60 y más años según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

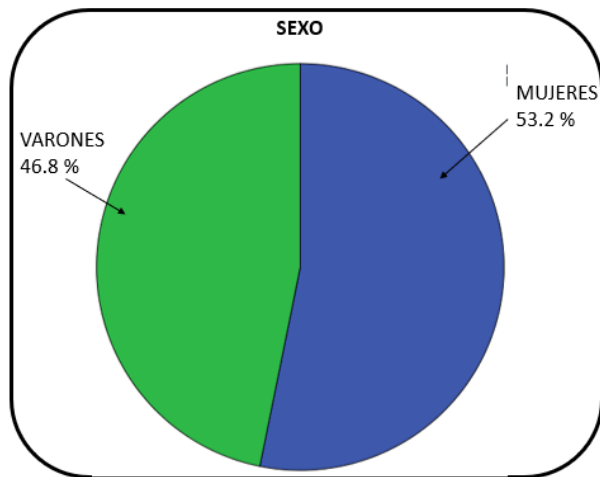
Del total de las encuestas que se levantaron en los tres municipios en cuestión, 234 correspondieron a mujeres, esto representa un 53.2%. Y corresponden a los varones 206 encuestas es decir un 46.8% del total (Ver cuadro 3.5. y figura 3.4.).

Cuadro 3.5. Frecuencia y porcentaje del número de encuestas por sexo, en los municipios Ciudad Guadalupe, Monterrey y San Nicolás de los Garza, *varón y mujer*, 2017

FRECUENCIA DE SEXO		
Sexo	Frecuencia	Porcentaje %
Mujeres	234	53.2
Varones	206	46.8
Total	440	100

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.4. Distribución según sexo de las personas de 60 años o más, encuestadas en los tres municipios: Ciudad Guadalupe, San Nicolás de los Garza y Monterrey



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Esta distribución corrobora una mayor presencia relativa de mujeres en relación a los hombres, aspecto que se evidencia a nivel censal. No obstante, en este estudio se constata una mayor presencia relativa de varones en los espacios públicos, ya que por cuestiones socioculturales la mujer se ve relegada a llevar la mayor parte de su existencia dentro del entorno de su hogar.

Así podemos observar en el cuadro 3.6., como la diferencia porcentual de la cantidad de mujeres con respecto a la de los hombres se va incrementando conforme avanzan en edad: en el rango de 60 a 64 años la diferencia es de 10.1%, de 65 a 69 se incrementa a 11.6%, en el rango de edad de 70 a 74 años continúa el incremento paulatino, aumentando a 12.2%. Sin embargo, debido a la mayor presencia de los varones en los espacios públicos al aire libre, en el siguiente rango de edad, que representa a las personas de 75 a 79 años se ve una marcada disminución de la cantidad de mujeres con respecto al porcentaje de hombres del mismo rango de edad (ver cuadro 3.6.).

Cuadro 3.6. Distribución porcentual de la frecuencia de sexo y edad de las personas encuestadas

Grupo de edad	Edad		Sexo		Diferencia %	Total %
	Frecuencia	Porcentaje %	Mujeres %	Varones %		
60-64 años	129	29.3	55.0	45.0	10.0	100.0
65-69 años	95	21.6	56.0	44.0	12.0	100.0
70-74 años	98	22.3	56.0	44.0	12.0	100.0
75-79 años	48	10.9	52.0	48.0	4.0	100.0
80 y más años	70	15.9	43.0	57.0	-14.0	100.0
Total	440	100	53.0	47.0	0.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

En el cuadro 3.6 se observa que el mayor porcentaje de las personas mayores de 60 años que se encuestaron el 29.3% corresponden al rango de edad más joven que es de 60 a 64 años, seguido por el 21.6% perteneciente a las personas de 65 a 69 años. Sin embargo, la tendencia lógica a que el porcentaje poblacional de adultos mayores vaya disminuyendo, se ve interrumpida al llegar al rango de 70 a 74 años, desconociéndose la causa aparente de dicha fluctuación, sin embargo, este hecho constata que en los espacios en que se aplicaron la mayor parte de estas encuestas, es decir en los espacios públicos al aire libre del Área Metropolitana de Monterrey, existe una mayor presencia relativa de varones en los espacios públicos, ya que, como se anotó líneas atrás, por cuestiones socioculturales la mujer ocupa mayormente el espacio del hogar.

En el rango de 75 a 79 años la tendencia se normaliza, mostrando un decremento, lógicamente esperado y alcanzando el 10.9%. El total de adultos mayores de 80 y más como es de esperarse es ligeramente más alto puesto que representa un rango mayor de edad. Con las mujeres se observan estos datos: del rango de 60 a 64 años se muestra un lógico decremento de 30.3% a 21.6%, sin embargo, al igual que en los porcentajes totales, hay una tendencia a la disminución poblacional que de forma lógica debiera ocurrir como consecuencia de que las personas que van falleciendo ya no forman parte del siguiente rango. Del grupo de mujeres encuestadas de 70 a 74 años se incrementa a 23.5%, en el siguiente se muestra un decremento muy marcado a un 10.7%, y por último el porcentaje de mujeres encuestadas aumenta ligeramente en el último rango que representa a las de 80 años y más, al igual que el porcentaje de la población total encuestada. En la población de varones encuestados del rango de 60 a 64 años se observa un decremento del 28.2% a

20.4% respecto a su rango subsecuente de 65 a 69 años, para seguir disminuyendo en el rango de 70 a 74, a 20.9% y disminuye un poco más hasta 11.2% en las personas encuestadas de entre 75 y 79 años, para luego mostrar el mismo incremento en la población masculina de 80 años y más. (Ver cuadro 3.7.).

En cuanto a la distribución por columnas, podemos notar la mencionada diferencia, mientras en el censo de población y vivienda de INEGI, existe el predominio numérico de las mujeres con respecto a los hombres conforme avanzan en edad. En la presente investigación, las encuestas que se recabaron muestran la tendencia inversa a partir de los 75 años, corroborando la presencia relativamente mayor de varones en los espacios públicos al aire libre debido a cuestiones socioculturales.

Cuadro 3.7. Distribución de la frecuencia de sexo y edad

Sexo	Grupo de edad					Total
	60-64 años %	65-69 años %	70-74 años %	75-79 años %	80 y más años %	%
Varones	28.0	20.0	21.0	11.0	19.0	100.0
Mujeres	30.0	23.0	24.0	11.0	0.1	100.0
Diferencia	2.0	2.0	3.0	-1.0	-7.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

3.3. Estado civil

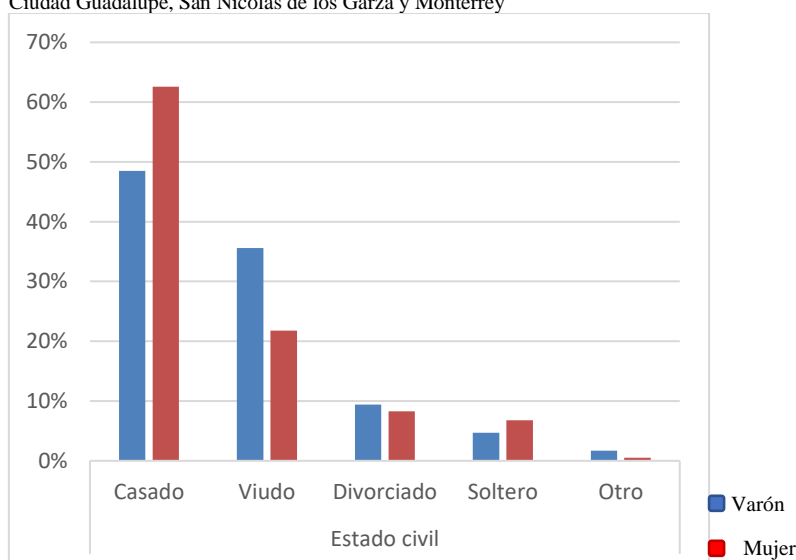
En los resultados se evidenció un predominio de casados (55%) sobre viudos (29%) y divorciados (9%). Por sexos, se observa un predominio de mujeres casadas (62.6%) frente a varones casados (48.5%) (ver cuadro 3.8. y figura 3.5.). Es notoria la diferencia que muestran los porcentajes de hombres y mujeres viudos, ya que resulta estar invertida respecto a la de los porcentajes de los hombres y mujeres casados: el porcentaje de mujeres viudas es de 21% respecto a 35.6% del de varones. Eso se debe a que el número de decesos de varones supera al de mujeres debido a causas biológicas propias de la especie.

Cuadro 3.8. Distribución de la frecuencia de sexo y edad, de acuerdo con el estado civil

Sexo	Total		Estado civil				
	Frecuencia	%	Casado %	Viudo %	Divorciado %	Soltero %	Otro %
Varones	206	47.0	49.0	36.0	9.0	5.0	2.0
Mujeres	234	53.0	63.0	22.0	8.0	7.0	1.0
Total	440	100.0	55.0	29.0	9.0	6.0	1.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.5. Gráfica de distribución según sexo y estado civil de las personas de 60 años o más, encuestadas en los tres municipios: Ciudad Guadalupe, San Nicolás de los Garza y Monterrey



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

En lo que respecta a las diferencias que se muestran en relación con el estado civil con respecto al rango de edad, de las personas encuestadas el primer rango de edad que comprende personas de 60 a 64 años es mayor el porcentaje de personas casadas siendo de 67.4 %, en el rango de 65 a 69 años disminuye a 58.5 % y continúa con la misma tendencia en el rango de 70 a 74 años al ser de 48 %, sin embargo esta tendencia se trunca en el rango de edad comprendido entre los 75 y 79 años donde el porcentaje aumenta a 56.3 %, aunque en el último rango, es decir el de 80 y más, se continúa con la tendencia inicial de disminución de personas casadas, constituido por el 37.1 % (ver cuadro 3.9. y figura 3.6.). Si analizamos de la misma manera los porcentajes de personas viudas, se observa que la tendencia se invierte respecto a la que presenta la de las personas casadas. En el primer rango de edad, el de las personas de 60 a 64 años, el porcentaje de personas

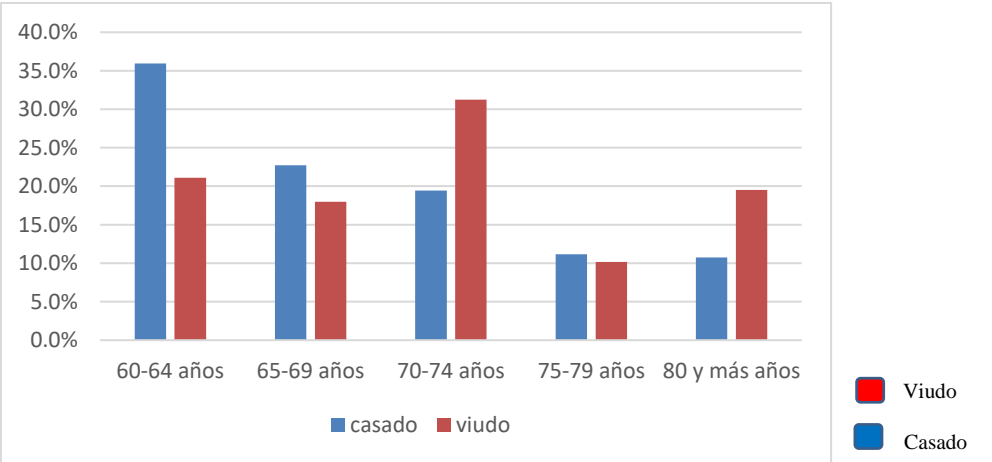
viudas es de 20.9 % , en el siguiente rango de edad, el de 65 a 69 años el porcentaje de personas viudas aumenta a 24.5 % , aumentando bruscamente a 40.8 % en el rango comprendido entre los 70 y 74 años de edad, de 75 a 79 años la tendencia se revierte ya que mientras el porcentaje de casados aumentó mientras que la de viudos disminuyó, esto contrariamente a lo que la tendencia natural dicta, es decir que más personas enviuden conforme avanza la edad (ver cuadro 3.9. y figura 3.6.).

Cuadro 3.9. Distribución del estado civil respecto al rango de edad y al sexo

Sexo	Grupo de edad	Estado civil					Total %
		Casado %	Viudo %	Divorciado %	Soltero %	Otro %	
Varón	60-64 años	76.0	16.0	5.0	3.0	0.0	100.0
	65-69 años	64.0	17.0	12.0	7.0	0.0	100.0
	70-74 años	60.0	26.0	7.0	7.0	0.0	100.0
	75-79 años	7.0	17.0	0.0	9.0	4.0	100.0
	80 y más años	40.0	35.0	15.0	10.0	0.0	100.0
	Total	63.0	22.0	8.0	7.0	0.0	100.0
Mujer	60-64 años	61.0	25.0	6.0	6.0	3.0	100.0
	65-69 años	54.0	31.0	10.0	2.0	4.0	100.0
	70-74 años	38.0	53.0	7.0	2.0	0.0	100.0
	75-79 años	44.0	36.0	12.0	8.0	0.0	100.0
	80 y más años	33.0	37.0	20.0	10.0	0.0	100.0
	Total	48.0	36.0	9.0	5.0	2.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.6. Gráfica de la distribución del estado civil respecto al rango de edad y al sexo, encuestadas en los tres municipios: Ciudad Guadalupe, San Nicolás de los Garza y Monterrey



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

3.4. Distribución espacial

La Distribución espacial en lo referente a las áreas comprendidas por los Municipios de Monterrey, Ciudad Guadalupe y San Nicolás de los Garza, de acuerdo con el cuadro 3.10., de los adultos mayores encuestados se muestra una marcada concentración en el municipio de Monterrey, donde en todos los rangos de edad se concentra en promedio más del 50 % de la población de mayores de edad encuestados. Con respecto a el rango de edad de 65-69 años, muestra un incremento de 10.1 % en Ciudad Guadalupe y de 1.2 % en San Nicolás de los Garza, en contraparte el municipio de Monterrey muestra un decremento del 11.8 % que coincide con la suma del incremento en los otros dos municipios, el municipio de San Nicolás de los Garza ha incrementado menos el desarrollo de áreas habitacionales que el de Guadalupe. De manera que podemos pensar que, al llegar a la edad de jubilación, la población de Monterrey se ha trasladado mayormente a Guadalupe, en donde se encuentran un mayor número de nuevos desarrollos habitacionales. (Cuadro 3.10.).

Cuadro 3.10. Distribución porcentual de la población encuestada, basándonos en los rangos de edad en los municipios de San Nicolás de los Garza, Guadalupe y Monterrey

Grupo de edad	Municipio			Total %
	Ciudad Guadalupe %	Monterrey %	San Nicolás De Los Garza %	
60-64 años	19.0	60.0	21.0	100.0
65-69 años	30.0	48.0	22.0	100.0
70-74 años	25.0	57.0	18.0	100.0
75-79 años	21.0	58.0	21.0	100.0
80 y más años	21.0	49.0	30.0	100.0
Total	23.0	55.0	22.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Esto se ve reflejado en el siguiente cuadro donde se muestra un crecimiento relativamente bajo a nivel poblacional en el Área Metropolitana de Monterrey en comparación con respecto al resto del estado de Nuevo León, que ha seguido incrementándose paulatinamente de forma continua. Tal como lo muestra el cuadro

número 3.11., proveniente del Plan de desarrollo urbano del Municipio de Monterrey 2013-2025.

Cuadro 3.11. Evolución de la población del Área Metropolitana de Monterrey con respecto a Nuevo León, 1940-2010

NUEVO LEÓN, ÁREA METROPOLITANA Y MUNICIPIO DE MONTERREY										
EVOLUCIÓN DE LA POBLACIÓN DE 1940 A 2010 CON RESPECTO AL ESTADO										
ENTIDAD	1940	1950	1960	1970	1980	1990	1995	2000	2005	2010
NUEVO LEÓN	541,147	740,191	1,078,848	1,694,689	2,513,044	3,098,736	3,550,114	3,834,141	4,199,292	4,653,458
ÁREA CONURBADA	190,074 ^{1J}	367,663 ^{2J}	695,504 ^{3J}	1,232,043 ^{4J}	1,988,012 ^{5J}	2,573,527 ^{6J}	2,592,432	3,249,482	3,598,598	3,930,388
MONTERREY	190,074	339,282	601,085	858,107	1,090,009	1,069,238	1,088,143	1,117,013	1,133,814	1,135,550

Fuente: Plan de Desarrollo Urbano del Municipio de Monterrey 2013-2025

Atendiendo a la distribución poblacional por sexo, se observa que las diferencias porcentuales de los hombres y mujeres que habitan en cada municipio son muy poco significativas, siendo estas diferencias de un 0.7 % en Ciudad Guadalupe, donde la mayor parte son mujeres, del 0.2 % en Monterrey, en donde predominan, los varones y de 0.5 % en San Nicolás de los Garza, con predominancia masculina, lo cual corrobora una vez más la prevalencia de la población masculina en las áreas públicas en donde se realizó en su mayor cantidad esta encuesta en contraparte con los datos estadísticos del INEGI, en los que se muestra una población mayormente femenina. (Ver cuadro 3.12.).

Cuadro 3.12. Proporción de la población encuestada según sexo, en los municipios de Monterrey, Cd. Guadalupe y San Nicolás de los Garza.

Sexo	Municipio			Total %
	Ciudad Guadalupe %	Monterrey %	San Nicolás de los Garza %	
Varón	23.0	55.0	22.0	100.0
Mujer	24.0	55.0	22.0	100.0
Total	23.0	55.0	22.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

3.5. Situación laboral de los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey

Los resultados muestran una diferencia significativa entre la ocupación de las mujeres y de los hombres. De las personas encuestadas menos de la mitad del sexo femenino 10.3%, contra un 29.1% de hombres, han tenido negocio propio. Dicha diferencia resulta aún más marcada si analizamos el nivel de estudios alcanzado, donde el 22% de los varones han sido profesionistas contra un 9.8% de mujeres. En cuanto a las labores como funcionarios administrativos, la diferencia se hace menos significativa: un 6.8% de las personas que han laborado en este rubro durante la mayor parte de su vida son mujeres, siendo aproximadamente el doble de la población encuestada que ha laborado en este rubro varones es decir un 12.6%.

La diferencia más significativa se muestra en las labores del hogar como ocupación. Siendo el trabajo que muestra ser el más ejercido con un 33.9% de los ocho rubros en cuestión. Se muestra que de este porcentaje el 62% ha sido desempeñado por mujeres y solo un 1.9% por varones (ver cuadro 3.13.). Esto en los dos rubros anteriormente mencionados, muestra una clara dependencia económica de la mujer y su nivel de preparación educativo es más bajo, al igual que el del rubro de los obreros no calificados (ver figura 3.8.), lo cual puede por un lado ser ventajoso, ya que al no tener un tiempo de jubilación las amas de casa pueden seguir ejerciendo su ocupación indefinidamente, esto conlleva que no sufrirán el deterioro emocional y físico provocados por la depresión comúnmente sufrida por los varones al abandonar formalmente las actividades laborales que ejercieron durante la mayor parte de su vida.

Podríamos asociar este hecho a que la mayor parte de los entornos que mantienen a los varones enlazados con su vida se pierden al separarse de ellos y trasladarse al entorno de su hogar, en que han sido simples espectadores genera repercusiones. El varón potencialmente sufre la pérdida de la autoridad, ya que en el entorno del hogar el puesto de autoridad le es legado a la mujer, quien aparte tiene el dominio físico y cognitivo respecto al funcionamiento del entorno del hogar. Pero, por otra parte, cabría ver si es por elección propia que las mujeres han terminado en dicha posición, al envejecer carecerán de una pensión puesto que el trabajo del hogar no es remunerado económicamente. Al

pasar a la mayoría de edad, deberán seguir con la dependencia económica de la pensión de su esposo, esto en el caso de que exista dicha prestación. Aparte de resultar insuficiente en la mayor parte de los casos, en muchos de ellos debe compartirse con otros miembros de la familia.

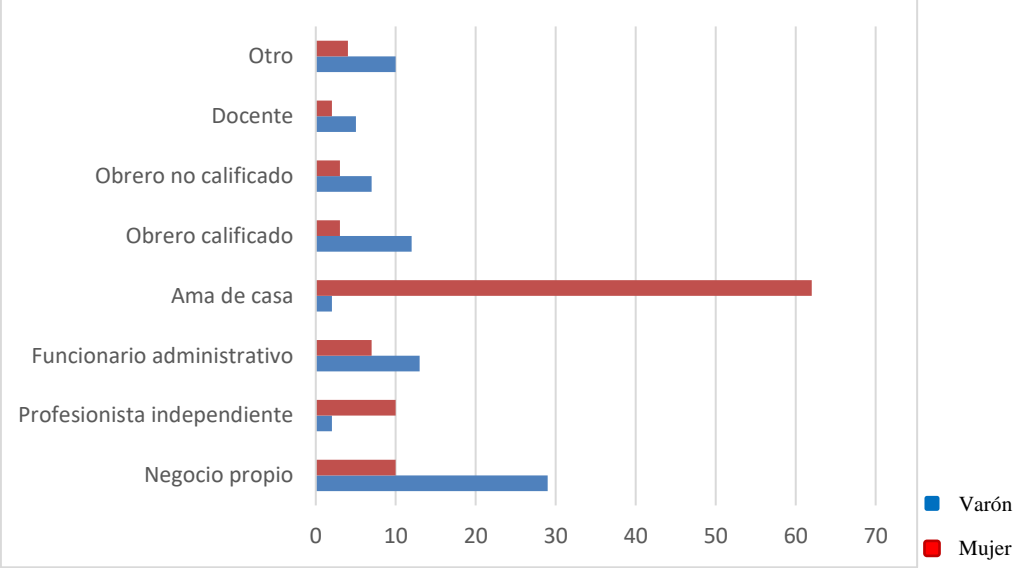
El cuadro número 3.13. muestra que la mayor parte de los adultos mayores encuestados fueron profesionistas 19.1% o tuvieron negocio propio 15.7%, como actividades laborales ejercidas durante la mayor parte de su vida. Es notable la diferencia entre las mujeres y hombres que ejercieron estas actividades, el rubro de mujeres representa en ambos casos menos de la mitad que el de varones. En el caso de las personas entrevistadas que tuvieron negocio propio, es un 29.1% en contraste con el 10.3% de las mujeres (Ver cuadro 3.13.). En el caso de aquellos que se desarrollaron como profesionistas solo un 9.8% son mujeres, en contraste con el 22.3% de varones, a continuación, se muestran el cuadro 3.13. y la figura 3.7., en que se muestra lo anteriormente planteado, es significativo como la tendencia tan desproporcionada de la ocupación de la mujer en las labores del hogar, es percibida aún a simple vista en dicha gráfica de Pareto (fig. 3.7.).

Cuadro 3.13. Distribución de la frecuencia de sexo, respecto a la labor ejercida durante la mayor parte de la vida laboral

Sexo	Ocupación								Total %
	Negocio propio %	Profesionista independiente %	Funcionario administrativo %	Ama de casa %	Obrero calificado %	Obrero no calificado %	Docente %	Otro %	
Varón	29.0	2.0	13.0	2.0	12.0	7.0	5.0	10.0	100.0
Mujer	10.0	10.0	7.0	62.0	3.0	3.0	2.0	4.0	100.0
Total	19.0	16.0	10.0	34.0	7.0	5.0	3.0	7.0	100.0

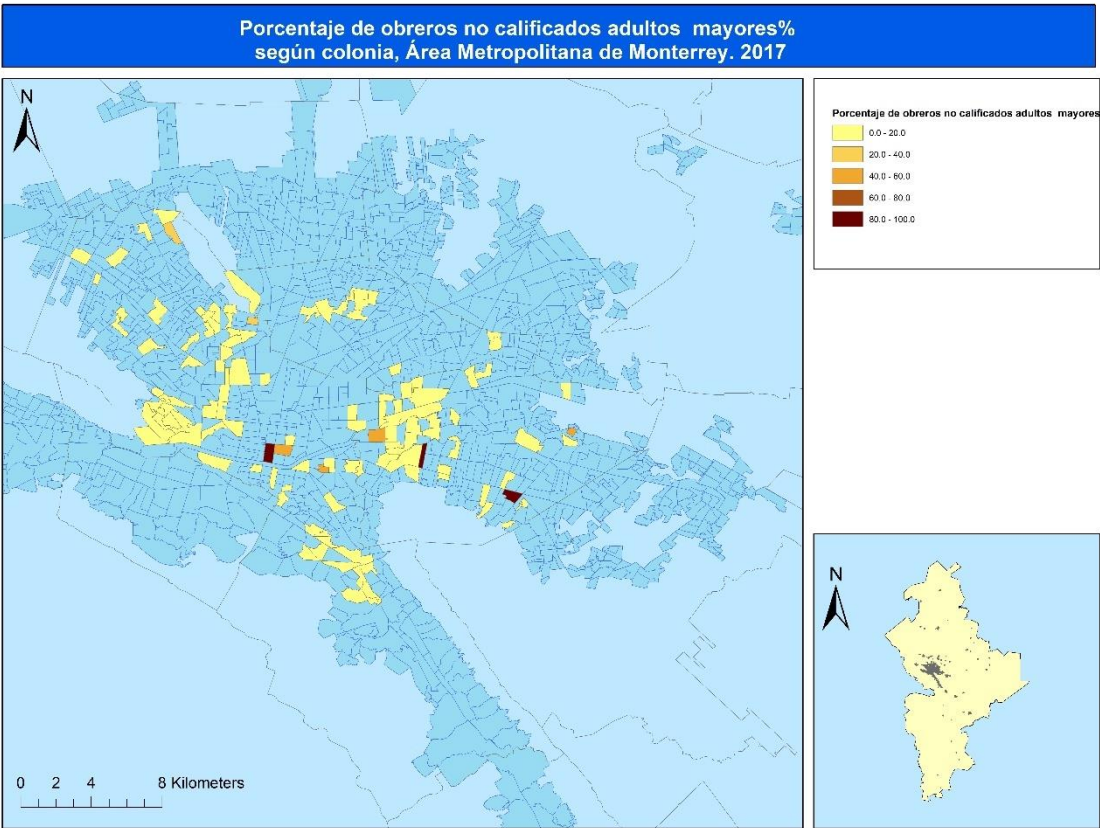
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.7. Gráfica de la distribución de la frecuencia de sexo, respecto a la labor ejercida durante la mayor parte de la vida laboral



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

Figura 3.8. Mapa de la concentración del porcentaje de obreros no calificados de 60 y más años según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

El cuadro número 3.13. muestra la tendencia ocupacional antes comentada, donde es notoria la diferencia en el rubro que representa como ocupación principal la de ama de casa. Es muy alto el porcentaje de mujeres con respecto al de los hombres, que han tenido como principal actividad laboral a lo largo de su vida. Existe un grado de correlación significativamente alto, directo, de .634 entre la variable sexo-mujer y la actividad laboral de ama de casa, como actividad laboral ejercida durante la mayor parte de la vida laboral de los de 60 y más; en contraparte existe un correlación significativamente alta e inversa de -.634, entre las variables -actividad laboral ama de casa y la de sexo varón, como actividades laborales ejercidas la mayor parte del tiempo que dura la vida laboral de los adultos mayores. Lo anterior se corrobora si se compara el sexo de las personas encuestadas con el hecho de si continúan laborando o no aún al cumplir los 60 años o más, como se muestra en el cuadro número 3.13. y en la figura 3.7. El porcentaje 22.6 % de mujeres que siguen laborando después de los 60 años y que fueron encuestadas supera al 18.9 % de varones, posiblemente porque los varones llegaron a su jubilación, en cambio las mujeres al ejercer mayormente sus actividades laborales en el hogar no son sujetas de jubilación.

Por motivos socioculturales el hombre no ha sido educado para ayudar en casas ajenas, por lo cual el porcentaje de varones que labora ayudando en los quehaceres domésticos es de 4.9% aproximadamente la mitad del porcentaje de mujeres que realizan esta actividad, que es del 8.1%, es remarcable también que el rubro de ayuda en casa como empleado, es el más bajo de los porcentajes de las labores ejercidas por los encuestados después de los 60 años, no así el rubro de “Labores del hogar” (ver figura 3.9.) en que se encuentra el 20.5 % de la población encuestada que labora al momento de ser encuestados, este porcentaje representa la mayor parte de las personas que continúan laborando después de los 60 y es notorio como el 35 % son mujeres contra un 3.4 % de varones. Esto significa que la mayor parte de la población que continúa laborando al convertirse en adultos mayores, son mujeres. Lo cual puede ser debido a múltiples situaciones y tener múltiples consecuencias, unas negativas y otras positivas.

Aunque puede criticarse el hecho de que solo la mujer siga trabajando, hay que mencionar que este hecho le ayuda a mantenerse sana, pues el continuar con su vida en la que tiene guardados sus recuerdos le es más fácil recordar, cosa que por el contrario disminuye en el varón debido a que muchos de los motivadores de recuerdos se quedan

atrás en sus puestos de trabajo. Al no integrarse a las labores del hogar, el varón pierde la hegemonía que hasta el tiempo de su jubilación había ejercido, ya que su mujer en el terreno del hogar, que a partir de su jubilación se convertirá en casi el único terreno del varón, su mujer ha sido y continuará siendo la dueña y señora, así la supuesta desventaja de otros tiempos se convierte en una gran ventaja. Así mismo, la mujer dentro de sus labores del hogar tiene metas y proyectos de los que al no ser partícipe el varón, pierde esta fuente de motivación. Lo anterior incrementa la posibilidad de padecer depresión en el sexo masculino, y con ello lo que esta condición conlleva: aceleramiento del deterioro de la salud física y mental.

En cuanto a los rubros que se refieren a las personas encuestadas que siguen laboralmente activas y que trabajan fuera del hogar, actividad que se ejecuta principalmente por hombres, mientras un 18.9 % de las personas encuestadas son varones que trabajan media jornada, únicamente un 7.7 % de mujeres laboran media jornada fuera del hogar. El porcentaje de personas que continúan laborando una jornada completa y de 22.3% hombres y de 9.8 % de mujeres, es notorio el hecho de que menos de la mitad son mujeres, siendo que el trabajo de jornada completa es el que es considerado un tipo de empleo formal, afirmando que es aquél que cuenta con todas las prestaciones que la ley exige, entre las que se incluye la pensión de la jubilación, así pues únicamente este pequeño rubro de mujeres, es decir un 9.8% de la población laboral tendrá acceso a la pensión que la jubilación por edad que se otorga conforme lo requiere la ley.

Aunque es remarcable que el rubro de varones es limitado: 22.3% de la población encuestada, esto significa que el 32.1% de la población laboralmente activa tendrá acceso a la pensión por edad. Se puede agregar a este 32.1% por motivo de esta tesis los rubros de jubilados, pensionados en el momento de ser encuestados, que serían de 28% varones y 13% de mujeres, lo que construirían un 73% de la muestra poblacional encuestada, que tienen probabilidad recibir a corto plazo una pensión o contaban con ella en el momento de ser encuestados. Se aprecia también que son más las personas que de seguir laborando después de los 60, trabajarán jornada completa un 15.7 % lo harán y tan solo un 13 % trabajan media jornada.

Continuando con el análisis de este tema controversial en la sociedad actual, se presenta otra coyuntura: si se observa, el mayor porcentaje de los rubros de las

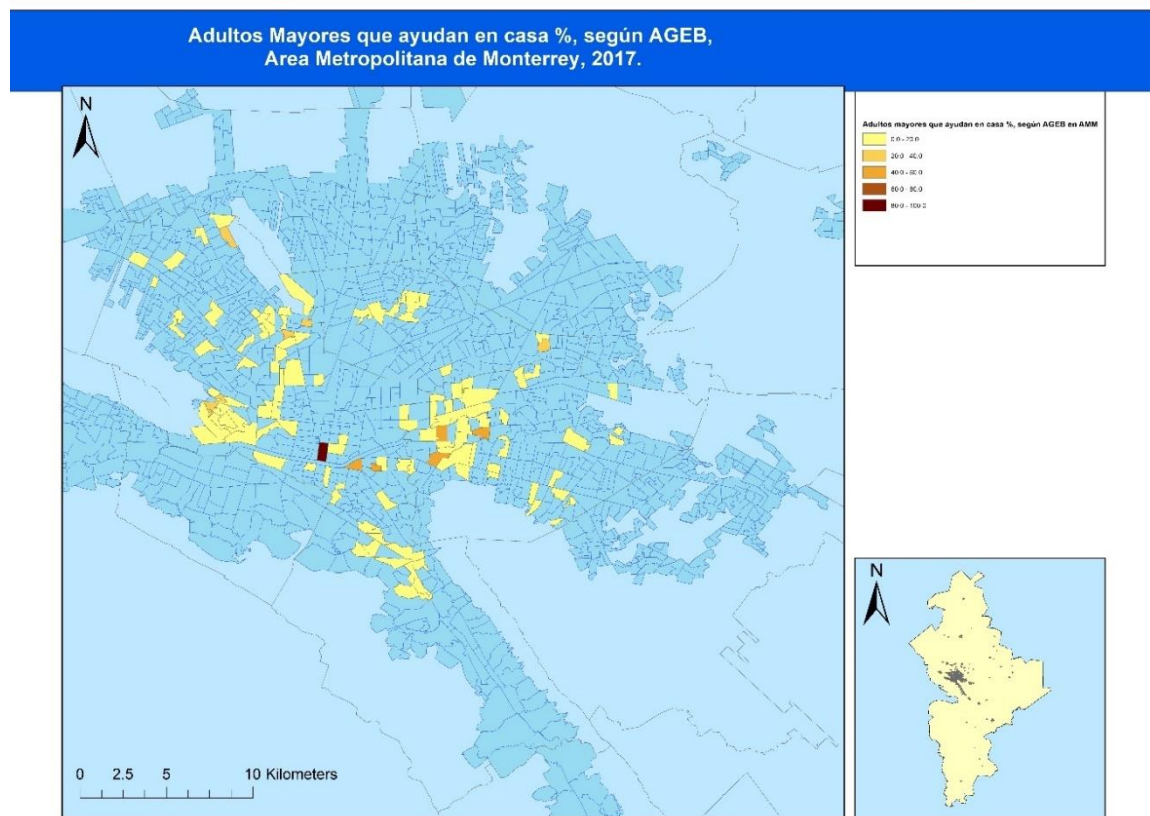
ocupaciones ejercidas por los adultos mayores en cuanto a varones encuestados es el de los que se encuentran jubilados: 27.7% y solamente es superado por el de 35.5 % de las mujeres que atienden su hogar como ocupación laboral la mayor parte de sus vidas. Esto conlleva muchos hechos importantes, los varones jubilados deberán compartir su pensión con su pareja, ya que únicamente un 12.8 % de las mujeres encuestadas son jubiladas, esto significa que la pensión de un adulto mayor debe cubrir las necesidades de dos adultos mayores. También es remarcable que únicamente el 19.8 % de las personas encuestadas están jubiladas, y que las restantes deberán buscar alguna otra manera de seguir sustentando sus necesidades económicas (Ver cuadro 3.14.). Si en este último cuadro sumamos los porcentajes, excluyendo las columnas de “no trabaja” y “pensionados”, nos podemos percatar que el 64 % de las mujeres continúan laborando después de los 60 años y que son menos un 53 % los varones que continúan trabajando después de esta edad.

Cuadro 3.14. Distribución de la frecuencia de sexo, respecto a su situación laboral actual

Sexo	Laboralmente activo							Total %
	No trabaja %	Empleado(a) domestico %	Labores del hogar %	Media jornada %	Jornada completa %	Pensionado %	Otros %	
Varón	19.0	5.0	3.0	19.0	22.0	28.0	3.0	100.0
Mujer	23.0	8.0	36.0	8.0	10.0	13.0	3.0	100.0
	21.0	7.0	21.0	13.0	16.0	20.0	3.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3. 9. Mapa de la distribución del porcentaje de adultos mayores que ayudan en casa según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

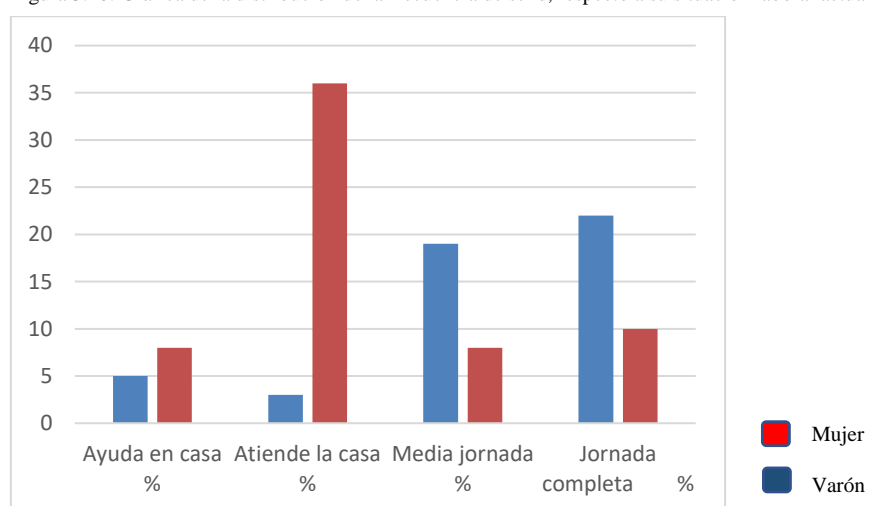
Se elaboró una gráfica eliminando los datos que no mostraran expresamente a las personas encuestadas laboralmente activas. Se eliminaron los totales y las columnas correspondientes a las columnas de “no trabaja”, “pensionado”, “otros” y total, y se creó la Fig. 3.10. En ella se muestra cómo las mujeres que laboran fuera de casa son un 26% mientras que el resto lo hacen atendiendo el hogar, es decir un 36%, lo cual representa al 62% de las personas encuestadas. Por otro lado, en rojo se resaltan los varones laboralmente activos; representados mayormente por aquellos que laboran jornada completa 22% y media jornada 19%, mientras que aquellos que colaboran en las labores del hogar son únicamente un 3%, en comparación del 36% de las mujeres que dicen haber ejercido dicha labor como la más recurrente durante su vida, lo cual resulta interesante como punto de estudio desde la perspectiva de la equidad de género.

Respecto al tema de esta tesis, que es el pasear como actividad cotidiana que se ejerce en la proximidad del hogar, si se considera que las labores del hogar no dejan de realizarse los fines de semana ni los días festivos y que no tienen un horario laboral establecido, lo cual implica que tampoco lo tienen de los tiempos de descanso, es más difícil que las

mujeres cuenten con un tiempo adecuado para salir a pasear. Sobre todo, si pretenden utilizar este tiempo para compartirlo con otras personas, familiares o amigos, ya que difícilmente harían coincidir recurrentemente sus horarios, que no son fijos, con los de las demás personas.

Las personas encuestadas que continúan laboralmente activas después de los 60 años, 62% son mujeres y 49% hombres. De lo cual, se deduce que los hombres no continúan activos, y mayormente no colaboran en las labores del hogar, vienen a constituir una carga laboral para las mujeres con quienes cohabitan, y podría explicar, al menos parcialmente el porqué de que los varones sean los que mayormente utilizan los espacios públicos al aire libre en el Área Metropolitana de Monterrey (Fig.3.10.).

Figura 3.10. Gráfica de la distribución de la frecuencia de sexo, respecto a su situación laboral actual



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

Es importante mencionar que en los últimos años la legislación ha favorecido el despido de las personas bien remuneradas al cumplir 55 años sin derecho a jubilación. Lo cual representa un grave problema, ya que estas personas difícilmente tendrán una nueva oportunidad de encontrar un nuevo puesto de trabajo, sobre todo uno que sea también bien remunerado, todo esto afecta de manera altamente negativa al envejecimiento activo, ya que ante la incapacidad de defenderse ante dichas situaciones, aunado a el deterioro físico que las personas empiezan a percibir de forma tangible a dicha edad y el aislamiento de una forma de vida y el entorno en que se han desenvuelto la mayor parte de su vida, se presenta un deterioro físico y mental más acelerado.

Existe otro rubro que los legisladores laborales han dejado de visualizar: el que las personas en cuestión frecuentemente han adquirido una serie de compromisos con otros miembros de la familia y de la sociedad de la que forman parte, al haberse convertido en la principal o parcial fuente de sustento de esposas, enfermos, padres, familiares con capacidades diferentes y demás. De esta manera, no únicamente las personas que son despedidas de manera injustificada a los 55 años, sino todos los que de alguna manera se benefician con su situación laboral favorable se convierten en una carga económica para las instituciones sociales. También se ha notado cómo en los países más desarrollados las personas que se encuentran en puestos clave son conservadas, ya que el acervo de conocimientos adquiridos por su experiencia se perdería, dando como resultado un círculo interminable en que los nuevos prospectos, carentes de estos conocimientos se ven en desventaja para sostener el nivel adquirido hasta ese momento por la empresa, que vendrá convirtiéndose en otra empresa dependiente, de los conocimientos y las personas que se encuentran en los altos mandos en las filiales de la misma empresa, que se localizan en otros países, en los que esta situación laboral de despido temprano se ha ido controlando por medios legales de forma paulatina.

Los estudios realizados respecto al envejecimiento poblacional muestran que las personas de 60 y más años no tienen por qué convertirse en laboralmente improductivas. En los países de la Unión Europea, se ha procurado prolongar la edad laboral hasta los 70 años, para garantizar el sistema de pensiones (El Mundo, 2002), de esta manera, se logran varios objetivos positivos. Al prolongar la edad laboral, se incrementa la posibilidad de que las pensiones estén bien sustentadas desde el punto de vista económico. También se mejorará la salud mental y por consecuencia la salud física de los adultos mayores, que al sentirse útiles son menos susceptibles a sufrir depresión. En el Área Metropolitana de Monterrey actualmente se ha optado por el despido temprano de las personas de 55 años, con el objetivo de evitar que lleguen a la edad de pensionarse, que es de 65 años en la actualidad. Este hecho trae consigo consecuencias que se han comentado en los párrafos anteriores. Los gobiernos de este país podrían aprender de la experiencia europea pues se vieron en la necesidad de enfrentar las consecuencias de poseer una población envejecida, para aprender de sus aciertos y de sus errores.

El cuadro 3.15., muestra la situación laboral actual de los adultos mayores de acuerdo con su edad. Observando la información recabada en las encuestas, el 21% de los varones que tienen entre 60 y 64 años no trabajan. Esto debería cambiar con el tiempo, ya que es positivo que estas personas sigan laborando para aportar la mayor cantidad posible al sistema de pensiones. Como es de esperarse es mayor el porcentaje de varones que cuentan con 65 a 69 años y que no trabajan, sin embargo, se reduce inexplicablemente esta cantidad a solamente 21% de los que están en el grupo de 70 a 74 años, y a solo un 1% de los de 75 a 79 años. Es notorio que únicamente un 23% de los varones que fueron encuestados no trabajan actualmente.

Aquellos que laboran ayudando en casa con una remuneración, si muestran el descenso gradual esperado conforme avanza su edad. Siendo el 40 % de los varones encuestados de 60 a 64 años, los que laboran de forma remunerada en una casa, 20% pertenecen al grupo de edad de 65 a 69 años, aunque se muestra un incremento en el siguiente rango, es decir en el de los varones de 70 a 74 años que representan el 30% de la población de varones encuestados, para volver a reducirse a 10% de los que rondan en la edad de 75 a 79 años y resultar en una cantidad nula de 0 que lo hacen después de los 80. Los varones que atienden su casa son: ninguno de los encuestados que tienen entre 60 y 64 años, el 29% de los que tienen de 65 a 69 años. Esta última cantidad se incrementa a 29% de los varones que tienen de 70 a 74 años, ninguno de los que se encuestaron del rango de edad de 75 a 79 años atiende su casa y un 14% de los varones que tienen 80 años y más se dedican a atender su casa. El decremento de la cantidad de varones que laboran media jornada también disminuye, conforme avanza su edad son: 36% de 60 a 64 años, 23% de 65 a 69, 18% de 70 a 74, y sufre la misma variación disminuyendo a 10% en el grupo de 75 a 79 años, aunque extrañamente sufre un pequeño incremento de 3% ya que el porcentaje de varones que laboran media jornada es del 13% de las personas que cuentan con una edad de 80 años y más.

El número de los varones encuestados que laboran jornada completa se reduce drásticamente de 43% de varones a que cuentan con 60 a 64 años a un 13% que continúan laborando jornada completa entre los 65 y 69 años. El grupo de 70 a 74 años tiene un decremento porcentual a 18%, a 10% en el grupo de 75 a 79 años y con un ligero incremento a 13% de varones que trabajan jornada completa después de los 80 años. Como es de esperarse el grupo de varones pensionados inversamente a los rangos de edad

anteriores va en incremento en proporción a la edad, aunque también se presenta en el presente estudio una ligera variación dentro de esta tendencia. En el rango de edad de 60 a 64 años se encuentran pensionados el 19% de los varones encuestados, en el de 65 a 69 un 18%, en el de 70 a 74 años hay un incremento mayor, el 23% de los pensionados se encuentran en este grupo de edad, un 14% en el grupo de 75 a 79 años y en el de 80 y más 26% de varones (cuadro 3.15.).

Continuando con la interpretación de los datos que se muestran en el cuadro 3.15., en el grupo de mujeres las cosas son diferentes, y se analizarán comparativamente en un cuadro con un número más reducido de variables de edad. Las mujeres encuestadas que no laboran en el grupo de edad de 60 a 64 años es de 21%, de 28% en el grupo de 65 a 69, y de 30% en el de 70 a 74. También en el grupo de mujeres se muestra una extraña variación en el grupo de 75 a 79 años, siendo únicamente de 4%, para finalmente aumentar razonablemente a 17% en el grupo de 80 años y más. Las mujeres que laboran ayudando en casa en el grupo de edad de 60 a 64, es un 37%, en el de 65 a 69 únicamente un 5%, y se incrementa drásticamente en el grupo de 70 a 74 años aumentando a 26%, para volverse a reducir en el siguiente grupo, que es el de 75 a 79 años a 5% y por último sufrir un incremento al 26% de mujeres de 80 y más. Los porcentajes que se comportan de manera más homogénea en proporción al incremento de la edad, en este cuadro es el de las mujeres que han ejercido como labor principal durante su vida, la labor de atender su hogar. En el grupo de 60 a 64, se encuentran un 40% de las mujeres, en el de 65 a 69, 20%, para seguir disminuyendo paulatinamente a 16% en el grupo de 70 a 74 y a 13% en el de 75 a 79 para finalmente reducirse de manera lógica debido al decremento poblacional que por decesos debiera mostrarse a esta edad, así como por la disminución de las capacidades propia de las mujeres de este último grupo de edad, a solo un 11%. De las mujeres que trabajan media jornada, el porcentaje es el mismo en los primeros 3 rangos de edad, siendo del 28%, ninguna de las mujeres encuestadas de 75 a 79 años, manifestaron laborar media jornada y un 17 % del grupo de 80 y más dijeron que si laboraban media jornada. En cuanto a las mujeres que trabajan jornada completa, el 30% pertenecen al grupo de edad de 60 a 64 años, en el de 65 a 69 el porcentaje es de 22%, para decrecer al 17% en el de 70 a 74 años, manteniendo el mismo porcentaje en el de 75 a 79 y reduciéndose en el grupo de 80 y más a 13% de mujeres. Un 23% de mujeres pensionadas se encuentran tanto en el grupo de edad de 60 a 64, como en el de 65 a 69 años, en el grupo de 70 a 74 el porcentaje es de 30%, reduciéndose al 20% en el grupo de

75 a 79, y tristemente, solo un 3% de mujeres están pensionadas en el rango de 80 y más años contra un 26% de los varones.

Cuadro 3.15. Distribución de grupo de edad y sexo, respecto a su situación laboral actual

Sexo	Situación laboral	Grupo de edad					Total %
		60-64 años %	65-69 años %	70-74 años %	75-79 años %	80 y más años %	
Varón	No trabaja	21.0	26.0	21.0	1.0	23.0	100.0
	Empleado doméstico	40.0	20.0	30.0	10.0	0.0	100.0
	Labores del hogar	0.0	29.0	57.0	0.0	14.0	100.0
	Media jornada	36.0	23.0	18.0	10.0	13.0	100.0
	Jornada completa	43.0	13.0	15.0	13.0	15.0	100.0
	Pensionado	19.0	18.0	23.0	14.0	26.0	100.0
	Otros	14.0	43.0	14.0	0.0	29.0	100.0
Mujer	No trabaja	21.0	28.0	30.0	4.0	17.0	100.0
	Empleado doméstico	37.0	5.0	26.0	5.0	26.0	100.0
	Labores del hogar	40.0	20.0	16.0	13.0	11.0	100.0
	Media jornada	28.0	28.0	28.0	0.0	17.0	100.0
	Jornada completa	30.0	22.0	17.0	17.0	13.0	100.0
	Pensionado	23.0	23.0	30.0	20.0	3.0	100.0
	Otros	14.0	43.0	29.0	14.0	0.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

En países ya envejecidos se ha presentado la problemática de que al ir disminuyendo el número de personas de 60 y más años que están activas en el campo laboral, se han desencadenado una serie de problemas en la captación de los recursos que deben utilizarse para solventar el sistema de pensiones (Moreno, 2001). En el cuadro número 3.15, se refleja con mayor claridad la situación laboral de las personas de 60 y más. En las cuatro variables que se consideraron como actividades laborales: Ayuda en casa (remunerado), Atiende su casa, Trabaja media jornada o Trabaja jornada completa. Frente a ello debiera mostrarse una lógica disminución de la cantidad de personas que continúan laborando en el segundo grupo de edad (75 y más años), ya que debido por una parte a la jubilación que debe llevarse a cabo más tardar a los 65 años, y por otra a que el número de decesos va incrementándose según avanza la edad, así como que se presenta un normal período

de decremento de la salud física y mental, frecuente en las personas de esta edad. Las personas encuestadas del grupo de 60 a 74 años disminuyen de 7.0% a 6.0%, las que atienden la casa disminuyen un poco más, de 21.0% a 18.0%, y el número se incrementa en las personas que trabajan media jornada, del 14.0% al 10.0%. Sin embargo, las personas que laboran jornada completa, inversamente a lo esperado, aumentan al pasar del grupo de 60 a 74 al de 75 y más, del 15.0% a 17.0%. Las personas de 60 y más encuestadas que no laboran aumentan en el caso de los pensionados de 18.0% a 25.0% en el grupo de 75 y más. Sin embargo, las personas encuestadas que no laboran disminuyen de 21% a 20.0% (Ver cuadro 3.16.). De este cuadro podemos deducir que las cosas no son como la lógica pudiera hacernos entender.

Cuadro 3.16. Distribución de los adultos mayores, respecto a su situación laboral actual y el rango de edad

Grupo de edad	Laboralmente activo							Total %
	No trabaja %	Empleado doméstico %	Labores del hogar %	Media jornada %	Jornada completa %	Pensionado %	Otros %	
60 a 74 años	21.0	7.0	21.0	14.0	15.0	18.0	3.0	100.0
75 y más años	20.0	6.0	18.0	10.0	17.0	25.0	3.0	100.0
Total	21.0	7.0	20.0	13.0	16.0	20.0	3.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

Haciendo un análisis comparativo, según el sexo de las personas encuestadas que continúan laborando después de los 75 años de acuerdo con el cuadro número 3. 17 se observa que los varones que no trabajan en el grupo de 60 a 74 son el 67 % mientras que en el grupo de edad de 60 a 74, y en el de 75 y más son el 33%, y en los grupos de mujeres son de 79% en el primer grupo de edad para ser después de 71%. Aquí cabría reflexionar un poco, el porqué de que la mujer diga que no trabaja, ya que muchas de las mujeres por costumbre, cuando se han dedicado a las labores de su hogar toda la vida, tienen la costumbre de decir que no trabajan, queriendo decir que no laboran con un salario, ni fuera de casa.

El trabajo en el hogar muchas veces es pesado, sin remuneración, sin horarios preestablecidos, sin vacaciones y la mayor parte de las veces sin mayor recompensa que la satisfacción propia de la mujer de ver su trabajo bien hecho y en el mejor de los casos el agradecimiento de su pareja o de alguno de los miembros de la familia. Sin embargo, muchas mujeres son maltratadas por varones que, al tener que aportar su salario como

único medio de manutención económica de la familia, les dicen que ellas no trabajan) Los porcentajes de las mujeres disminuye a 21% en el grupo de 75 y más años (cuadro 3.17.). Para continuar analizando primero a las personas que dicen no ser laboralmente activos, veamos lo que sucede con los que están pensionados. En México existen leyes que restringen las posibilidades de seguir laborando si se está percibiendo una pensión. Esto frente a las medidas que ha tomado España (un país altamente envejecido), resulta contradictorio. Si se permitiera a las personas jubiladas seguir laborando y sus salarios estuvieran legalmente regulados estas personas podrían seguir aportando por medio de sus impuestos a los fondos de jubilación de ese país.

Los varones encuestados que dicen ser pensionados son el 60% en el rango de edad de 60 a 74 y disminuyen a 40 % en el de 75 y más. Esto únicamente se podría explicar si se observa la tasa de defunción para comparar la diferencia existente entre ambos grupos. En el caso de las mujeres, son pensionadas el 77% del primer grupo de edad y disminuye a 21% en el grupo de edad de 75 y más. En este punto cabe enfatizar la diferencia de varones jubilados de 75 y más, que es de 40 % ya que el 21% de las mujeres, vienen a ser la mitad que en el caso de los varones.

Ante los cuatro grupos en que se está laboralmente activo (cuadro 3.17) el porcentaje de varones que fueron encuestados y que ayudan en casa (como actividad remunerada) son el 90 % en el grupo de 60 a 74 años, disminuyendo abruptamente al 10%, en el de 75 y más. En el caso de las mujeres encuestadas: 68 % tienen como actividad remunerada el ayudar en casas, disminuyendo a 32 % en el grupo de 75 y más. Aquí la diferencia en los porcentajes de los varones y de las mujeres resulta interesante: En el grupo de varones disminuye en un 80%, en el de mujeres disminuye un 36 %. Las personas encuestadas que laboran atendiendo su casa, son en el grupo de varones de 60 a 74 años, el 86%, disminuyendo a 14% en el grupo de 75 y más, con una disminución de 60 %; en los grupos de mujeres es de 76 % en el primer grupo para disminuir a 24 % en el segundo, con una diferencia de 52 %, aunque en menor grado, también en este caso es mayor el porcentaje de mujeres que continúan laborando en el segundo grupo de edad. Esto como consecuencia de que, por una cuestión sociocultural, el trabajo del hogar por muchos es considerado como “no trabajo”.

Los porcentajes de las personas que laboran media jornada se comportan de manera normal (cuadro 3.17): en el caso de los varones disminuye de 77 % mientras que en el grupo de edad de 60 a 74 años a un 23 % en el de 75 y más. En el caso de las mujeres disminuye de 83% a 17 %. La diferencia en el caso de los varones es de 54 %, y la de las mujeres es de 66 %, en este caso disminuye más el grupo de mujeres. Sería interesante profundizar en el porqué de esta diferencia, ya que pudiera ser por que las mujeres mayores son menos requeridas para labores de medio tiempo que los varones. En los grupos de varones y mujeres que laboran jornada completa del grupo de edad de 60 a 74 años es de, 72 % en el primer caso y de 70 en el segundo; disminuyendo a 20 % en el caso de los varones y a 30 en el de mujeres siendo la diferencia similar en ambos casos; 44 % en el grupo de varones e igual porcentaje en el grupo de las mujeres. Podemos deducir que, en el caso de un trabajo formalmente establecido, como son el caso de los trabajos de jornada completa, al ser tratados de acuerdo con la ley de manera similar, resultan iguales. Tal vez debería legislarse respecto a las personas que laboran como actividad principal durante su vida realizando las labores del hogar, con el fin de disminuir la diferencia en las demás actividades laborales que hemos analizado (ver cuadro 3.17.).

Cuadro 3.17. Distribución de la frecuencia de sexo, respecto a su situación laboral actual

Sexo	Laboralmente activo	Grupo de edad		Total %
		60 a 74 años %	75 y más años %	
Varón	No trabaja	67.0	33.0	100.0
	Empleado doméstico	90.0	10.0	100.0
	Labores del hogar	86.0	14.0	100.0
	Media jornada	77.0	23.0	100.0
	Jornada completa	72.0	28.0	100.0
	Pensionado	60.0	40.0	100.0
	Otros	71.0	29.0	100.0
Mujer	No trabaja	79.0	21.0	100.0
	Empleado doméstico	68.0	32.0	100.0
	Labores del hogar	76.0	24.0	100.0
	Media jornada	83.0	17.0	100.0
	Jornada completa	70.0	30.0	100.0
	Pensionado	77.0	23.0	100.0
	Otros	86.0	14.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

En el cuadro número 3.18. y las figuras 3.11. y 3.12. se muestran las respuestas a la pregunta número 10: ¿Con qué personas vive usted normalmente? en relación con dos

grupos de edad: 60 a 74 años y 75 y más correlacionadas también con el sexo de las personas encuestadas. En el caso de los varones los mayores porcentajes se encuentran ubicados en la variable “mi esposo (esposa)”, en el grupo de 60 a 74, el porcentaje es de 66% y en el de 75 y más disminuye a 59 %, con una diferencia de 7%, en el caso del grupo de mujeres las que respondieron que vivían con su esposo en el grupo de edad de 60 a 74 años el porcentaje es de 51 % (15 % de diferencia con el grupo de los hombres) y de 36 % en el caso del segundo grupo de edad (una diferencia de 23 %) con el segundo grupo de edad de los varones, esto puede ser consecuencia de que es mayor la tasa de mortalidad entre los varones que la de las mujeres. Es menor la cantidad de varones que dicen vivir con sus hijos que el de las mujeres que dicen vivir con sus hijos. En el grupo de edad de 60 a 74 años el porcentaje de varones que viven con sus hijos es de 36%, mientras que en el de mujeres es de 49% con una diferencia entre ambos (varones y mujeres) de 13%, siendo mayor el porcentaje de mujeres. En el grupo de edad de 75 y más el porcentaje de varones que viven con sus hijos aumenta a 46 %, mientras que en el de mujeres se conserva en 49%. Los porcentajes de personas que viven con sus nietos en el caso de los varones del primer grupo de edad (60 a 74 años) es de 9% incrementando se a casi el doble, 16% en el grupo de 75 y más años. Si se compara con el de mujeres es al contrario: de 18%, decrece a 9% en el segundo grupo de edad.

En los grupos de personas que cohabitan con amigos o amigas, cuidadores, enfermero o vecinos, los porcentajes son apenas significativos. Lo cual habla de que la mayor parte de la población encuestada sigue viviendo en familia al pasar a ser parte del grupo de adultos mayores. Esto por una parte aporta grandes ventajas desde el punto de vista emocional, pero, por otro lado, si se contempla la carga que reporta el cuidador de una persona de la tercera edad, sobre todo de aquellos de edades avanzadas o que se encuentran con un deterioro físico o mental significativo, el esfuerzo y desgaste es considerable. Esto invita a considerar la manera de proveer de estructuras socioculturales, que ayuden a esas personas a hacer su carga llevadera. La estructura familiar ha cambiado, y no hace muchas décadas, el trabajo del hogar era mejor valorado, por la sociedad y por la célula social llamada familia. La mujer se encontraba un gran porcentaje de su tiempo en casa y el esposo tenía mayor número de probabilidades de salir durante el día a comer con la familia. Las distancias a las áreas laborales y los horarios de trabajo, así como los horarios de estudio han cambiado, y las mujeres que laboran fuera de casa son más. Esto ha tenido consecuencias positivas (la recuperación del valor de la mujer como ser humano

inteligente) y por otro consecuencias negativas (Santos, 1987), como lo son la alteración de la calidad de la dieta alimenticia de la familia, el deterioro de la calidad de la vida familiar y de la pareja, el menoscabo de la calidad de los cuidados que en familia recibían las personas enfermas, donde las personas con capacidades diferentes y las personas de la tercera edad son algunos de ellos (Meil, 2000).

Volviendo a los porcentajes, se observa que los varones que viven con cuidadores son solo un 4% y con enfermeros ninguno. Esto es importante desde el momento en que estos varones no necesariamente tendrían que vivir solos para tener la ayuda de los enfermeros o cuidadores y estos podrían ser en un momento dado las personas idóneas para ayudar en el hogar, para cuidar a las personas de la tercera edad, a los enfermos, a personas con capacidades diferentes y enfermos. Aparte de que podría reportar una importante fuente de ingresos para aquellas personas que no puedan realizar trabajos de tiempo completo, y que con la debida capacitación podrían acceder a mejores salarios que aquellos que reporta el trabajo en casa no remunerado. El otro rubro es el de las mujeres de 75 y más que viven con vecinos, población importante dentro de los cambios de la estructura social de la que hemos estado hablando en este capítulo (ver cuadro 3.18. y figuras 3.11. y 3.12.).

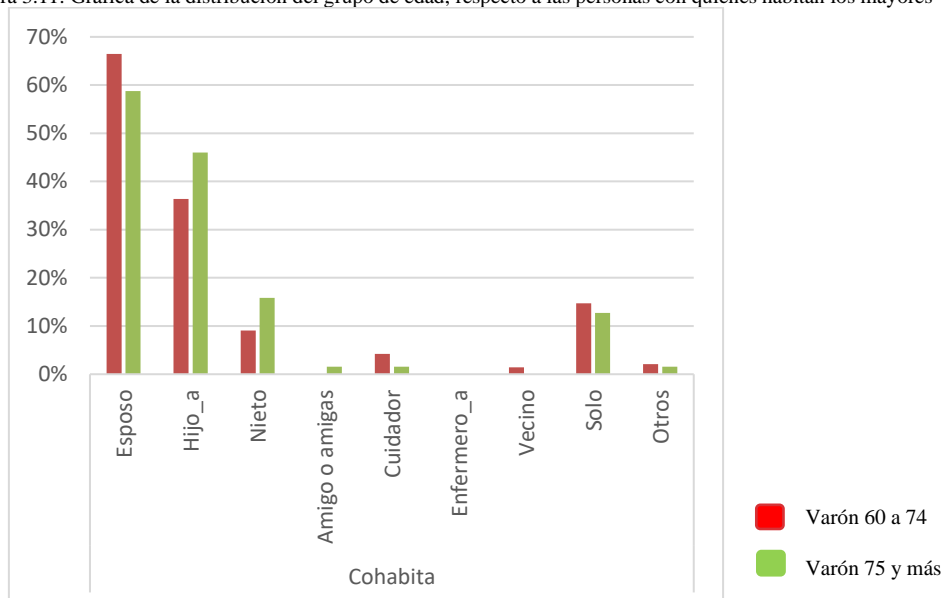
Cuadro 3.18. Distribución de grupo de edad, respecto a las personas con quienes habitan

Sexo	Grupo de edad	Cohabitación								
		Esposo %	Hijo %	Nieto %	Amigo o amigas %	Cuidador %	Enfermero %	Vecino %	Solo %	Otros %
Varón	60 a 74 años	66.0	36.0	9.0	0.0	4.0	0.0	1.0	15.0	2.0
	75 y más años	59.0	46.0	16.0	2.0	2.0	0.0	0.0	13.0	2.0
	Total	64.0	39.0	11.0	0.0	3.0	0.0	1.0	14.0	2.0
Mujer	60 a 74 años	51.0	49.0	18.0	2.0	0.0	0.0	1.0	13.0	3.0
	75 y más años	36.0	49.0	9.0	0.0	2.0	2.0	4.0	16.0	7.0
	Total	47.0	49.0	16.0	1.0	0.0	0.0	1.0	14.0	4.0

*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

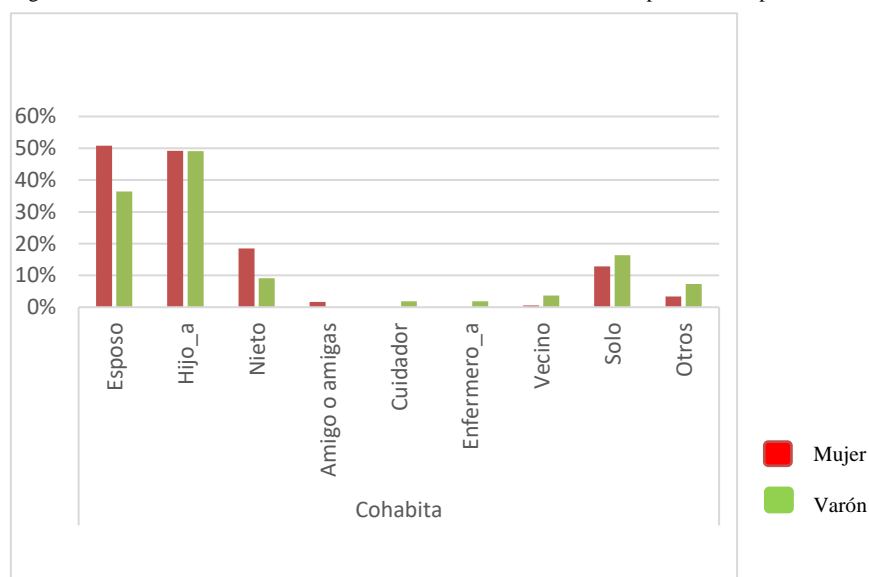
Figura 3.11. Gráfica de la distribución del grupo de edad, respecto a las personas con quienes habitan los mayores



*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

Figura 3.12. Gráfica de la distribución de la frecuencia de sexo, respecto a las personas con quienes habitan los mayores



*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

Otras observaciones que se derivan de los datos que se muestran en el cuadro 3.17. y los cuadros 3.19. y 3.20. son las siguientes: En el cuadro 3.18. aparece el porcentaje de los encuestados que viven con su esposo (esposa) y con sus hijos (ver cuadro 3.19.). Del 100 % de las personas encuestadas, únicamente el 21 % dicen no vivir ni con su conyugue ni con sus hijos, el 56.6 % vive con alguno de ellos, es decir o viven con su conyugue o

viven con su hijo o hijos. El 21.6% restantes mayores de 60 años, viven con su esposo (esposa) y con sus hijos.

Cuadro 3.19. Adultos mayores que viven con esposa e hijo

Vivo con mi esposa e hijo			
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Con ninguno de ellos	96	21.8	21.8
Con uno de ellos	249	56.6	56.6
Con Ambos	95	21.6	21.6
Total	440	100.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

Ahora, la posibilidad de que las personas encuestadas vivan con otra familia, o de que otra familia viva en casa de ellos también se registra. De acuerdo con el cuadro número 3.19, que se realizó llevando a cabo el análisis de frecuencias con el SPSS de las 440 personas mayores de 60 años que fueron encuestadas para llevar a cabo el estudio que se presenta en esta tesis, el 51.6%, no vive ni con sus hijos ni con sus nietos, el 38% vive con alguno de ellos y únicamente un 10% vive con ambos (ver cuadro 3.20.).

Cuadro 3.20. Adultos mayores que viven con hijos y nietos

Con mi hijo y nieto			
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Con ninguno de ellos	227	51.6	51.6
Con uno de ellos	169	38.4	38.4
Con ambos	44	10.0	10.0
Total	440	100.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Por último, aparecen quienes viven con los tres tipos de familiares, es decir con su esposo o esposa, con sus o su hijo/s y con algún nieto. (Veamos el cuadro número 3.21.). En el 19.1 % de las 440 personas encuestadas no viven en familia. El 53%, vive con alguno de ellos, es decir viven con un pariente. El 21%, viven con dos tipos de parientes de los tres mencionados; es decir: esposo o esposa, hijo o hijos y nieto o nietos. Y únicamente un 5 % de ellos viven con un grupo familiar en que existen su conyugue, su hijo y su nieto.

Cuadro 3.21. Matrimonio de mayores viviendo con la familia de los hijos

Con esposa, hijo y nieto			
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Con ninguno de los tres	84	19.1	19.1
Con uno de ellos	236	53.6	53.6
Con dos de ellos	96	21.8	21.8
Con los tres	24	5.5	5.5
Total	440	100.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.22. Distribución de la población de mayores por rango de edad, según sus características sociodemográficas y situación laboral actual

Características sociodemográficas		Situación laboral actual							Total
		No trabaja	Empleado(a) doméstico	Labores del hogar	Media jornada	Jornada completa	Pensionado	Otros	
Sexo	Varón	18.9	4.9	3.4	18.9	22.3	27.7	3.4	100.0
	Mujer	22.6%	8.1%	35.5%	7.7%	9.8%	12.8%	3.0%	100.0%
Grupo de Edad	60-64 años	14.7%	8.5%	25.6%	14.7%	20.9%	14.0%	1.6%	100.0%
	65-69 años	26.3%	3.2%	20.0%	14.7%	11.6%	17.9%	6.3%	100.0%
	70-74 años	24.5%	8.2%	17.3%	12.2%	11.2%	22.4%	3.1%	100.0%
	75-79 años	12.5%	4.2%	22.9%	8.3%	20.8%	29.2%	2.1%	100.0%
	80 y más	25.7%	7.1%	14.3%	11.4%	14.3%	22.9%	2.9%	100.0%
Estado civil	Casado	16.5%	5.0%	20.2%	14.0%	18.2%	22.3%	3.7%	100.0%
	Viudo	27.3%	10.2%	24.2%	10.9%	8.6%	18.0%	0.0%	100.0%
	Divorciado	23.1%	7.7%	12.8%	10.3%	17.9%	17.9%	7.7%	100.0%
	Soltero	32.0%	4.0%	8.0%	16.0%	28.0%	8.0%	4.0%	100.0%
Cohabita con	Conyugue	15.6%	4.9%	19.8%	14.4%	18.9%	21.8%	3.7%	100.0%
	Hijo	20.4%	8.2%	22.4%	12.2%	16.8%	17.9%	2.0%	100.0%
	Nieto	32.8%	6.6%	24.6%	4.9%	13.1%	18.0%	0.0%	100.0%
	Amigo	25.0%	0.0%	25.0%	0.0%	0.0%	50.0%	0.0%	100.0%
	Cuidador	50.0%	0.0%	0.0%	12.5%	25.0%	12.5%	0.0%	100.0%
	Enfermero	100.0 %	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	Vecino	20.0%	0.0%	20.0%	20.0%	40.0%	0.0%	0.0%	100.0%
	Solo	27.9%	6.6%	16.4%	14.8%	13.1%	19.7%	0.0%	100.0%
Profesión Ejercida	Negocio propio	19.0%	9.5%	7.1%	23.8%	27.4%	8.3%	4.8%	100.0%
	Profesionista independiente	13.0%	4.3%	7.2%	18.8	23.2%	31.9%	0.0%	100.0%
	Funcionario administrativo	11.9%	7.1%	4.8%	19.0%	21.4%	33.3%	2.4%	100.0%
	Ama de casa	30.9%	7.4%	47.7%	2.7%	1.3%	7.4%	2.0%	100.0%
	Obrero calificado	6.5%	0.0%	9.7%	9.7%	16.1%	48.4%	9.7%	100.0%
	Obrero no calificado	23.8%	19.0%	4.8%	9.5%	33.3%	4.8%	4.8%	100.0%
	Docente	7.1%	0.0%	0.0%	35.7%	14.3%	42.9%	0.0%	100.0%
	Otro	26.7%	0.0%	6.7%	6.7%	16.7%	36.7%	6.7%	100.0%

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

Capítulo IV: Estado de salud y ayuda requerida de las personas mayores encuestadas

4.1. Introducción

En la vejez la salud se convierte en una variable muy importante (Bazo, 1989). Al igual que en la niñez, los cambios propios de la edad determinan de forma considerable la dinámica diaria de la vida de los adultos mayores. Existen elementos externos que pueden condicionar el estado de salud de los ancianos. Uno de ellos es su condición económica, si la persona carece de los medios económicos para tener un lugar en donde vivir que le proteja, un medio de transporte adecuado, para dirigirse a los centros de ayuda y de salud (OMS, 1991), se verá en una posición poco favorable para atender sus necesidades sanitarias.

Muchos de los riesgos de salud que corren las personas de la tercera edad provienen del entorno urbano. En el Área Metropolitana de Monterrey la inseguridad derivada del grado de criminalidad provoca que las personas mayores eviten trasladarse por sí mismas a los lugares en que pueden recibir atención médica. El tráfico vehicular hace casi imposible para estas personas dirigirse aún a los lugares que existen en la proximidad de sus barrios. La contaminación ambiental, llámese polución, niveles de ruidosidad o falta de visibilidad, contribuyen de manera significativa al deterioro de la salud de la población que habita en las grandes urbes y de manera más significativa en las personas que forman parte de los grupos vulnerables como lo son los niños, mujeres embarazadas, personas con capacidades diferentes y personas de la tercera edad.

Existe además un estereotipo en la sociedad que hace ver la ancianidad como una etapa asociada a la enfermedad. En la actualidad, con los avances de la medicina, el estado de salud de todos los sectores poblacionales se ha visto favorablemente transformado (Ribera, 1987). Si bien muchas de las características físicas de los adultos mayores se conciben como enfermedades en la niñez también se necesita auxilio de los adultos jóvenes y nadie piensa que eso sea consecuencia de una mala

salud de los infantes. En la edad adulta, las personas requieren de nuevo de la ayuda de los adultos jóvenes para poder seguir realizando ciertas actividades que, en la juventud, se realizan de manera autónoma y al arribar a la tercera edad solicitan de nuevo del apoyo de los adultos jóvenes. Estas características no son enfermedades, son simplemente características propias de la edad.

La forma en que la sociedad percibe a las personas de la tercera edad determina la manera en que éstas se perciban a sí mismas (Collado, 1989). Esto se puede observar cómo al llegar a la edad de la jubilación los adultos mayores dejan de tener metas y planes que los ayuden a conservar su salud mental y por ende su salud física. Las personas que viven en medio de sociedades en que la población ha envejecido antes que en la nuestra han tenido que transformarse de forma tal que los ancianos vivan de manera digna y saludable. Muestran una población de adultos mayores orgullosos, con metas, personas cuya vida sigue teniendo sentido a pesar de que hayan pasado los años.

El presente capítulo tratará las variables que muestran las condiciones de salud en que se encuentran los adultos mayores encuestados, en el Área Metropolitana de Monterrey.

4.2. Como perciben su salud los adultos mayores entrevistados

Existen muchos conceptos diferentes respecto a los niveles de salud. En la presente tesis no es la intención definir dichos parámetros, sino observar la manera en que las personas entrevistadas perciben su estado de salud. En el cuestionario diseñado existen varias preguntas enfocadas a conocer los rasgos característicos de la salud de las personas encuestadas, a la pregunta *¿Normalmente usted cómo percibe su salud?*, el 42.5 % de las personas encuestadas respondieron que la perciben como buena, (ver figura 3.13. y cuadro 3.23.). Un 38.2 %, la perciben como regular, únicamente un 6.6 % la perciben como mala y por último el 1.6% de la población la perciben como muy mala.

Figura 3.13. Gráfica de la Distribución de la población de 60 y más años, según percepción de su estado de salud, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.23. Distribución de la población de 60 y más años, según percepción de su estado de salud, Monterrey, 2017

Como percibe su salud		
Percepción del estado de salud	Frecuencia	Porcentaje %
muy buena	47	10.7
buena	187	42.5
regular	168	38.2
mala	29	6.6
muy mala	7	1.6
Total	440	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

Cuadro 3.24. Distribución de la población de 60 y más años, según percepción de su estado de salud y rango de edad, Monterrey, 2017

Grupo de edad * Como percibe su salud * Sexo.							
Sexo	Grupo de edad	Como percibe su salud					Total %
		Muy buena %	Buena %	Regular %	Mala %	Muy mala %	
Varón	60 a 74 años	10.5	44.8	37.1	5.6	1.4	100.0
	75 y más años	12.7	42.9	38.1	4.8	1.6	100.0
Mujer	60 a 74 años	9.5	42.5	39.1	6.7	1.7	100.0
	75 y más años	12.7	36.4	38.2	10.9	1.8	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

El envejecimiento poblacional muestra un crecimiento sostenido (Gallegos, 2006), 2.4%, a diferencia del crecimiento que registra el resto de la población que es de 1.7%. En América Latina los mayores de edad constituyen el 7.2% de la población. Es

conveniente a fin de lograr un estado favorable de salud física y social de la población en general ampliar los conocimientos que puedan ayudar a generar parámetros y llegar a su implementación, para que favorezcan el estado de salud y el envejecimiento activo de adultos mayores latinoamericanos. Si se observa las respuestas obtenidas en la encuesta que se llevó a cabo en Monterrey, enfocándonos en la diferencia de la percepción desde el punto de vista masculino o femenino. Es posible notar que el mayor porcentaje de la población encuestada reconoce su salud como buena, con la única excepción de las mujeres del grupo de edad de 75 y más, en el que el porcentaje mayor 38.2 %, es el de personas que perciben su salud como “regular” (ver cuadro 3.24. y figura 3.14.). Sin embargo, las mujeres mayores de edad, de acuerdo con los datos de la OMS, son quienes poseen mejor estado de salud y los hombres tienen mayores problemas de salud que estas. De lo cual podemos deducir que, las mujeres tienen una perspectiva más pesimista de sus problemas de salud o socialmente les es permitido expresarse más libremente al respecto.

En el caso de las personas que respondieron diciendo que su estado de salud es “regular” también son más altos los porcentajes de personas del sexo femenino, al igual que en los rangos de las respuestas “mala y muy mala”. Incluso en el caso de las personas que opinan que su salud es “muy buena”, los sujetos de ambos sexos del grupo de 75 y más, a pesar de que el número de decesos es mayor en el grupo de varones, el porcentaje de mujeres que dieron esta última respuesta de “muy buena” es igual que el de los varones (ver cuadro 3.24. y figura 3.14.). Sería interesante ahondar en los motivos que provocan estas respuestas. Es pertinente tomar en cuenta el hecho de que desde niños los varones latinoamericanos son educados de manera que presenten una actitud más estoica ante sus problemas de salud, no así las mujeres, a quienes se les permite expresarse más libre al respecto.

El varón ve en la enfermedad un peligro ante la imagen de ser el más fuerte, y además según la catedrática África González-Fernández, presidenta de la Sociedad Española de Inmunología (SEI), la testosterona vuelve al varón más vulnerable ante los virus, bacterias y hongos, por ejemplo, en enfermedades tan comunes como lo es la gripe se evidencia, agudizando la sintomatología del varón (González-Fernández, 2015). Aparte en estas sociedades, a la mujer se le ha encomendado el cuidado y responsabilidad de la salud familiar (De Miguel, 1992). Se ha percibido en la actualidad que muchos de los problemas que desencadenan el deceso temprano de los varones es debido a que por esta

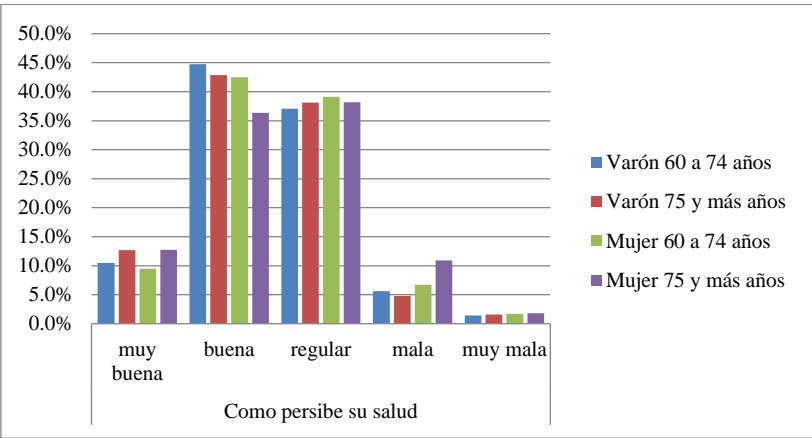
misma percepción que se presenta en la sociedad española aparece en la mexicana. Este tipo de actitud de los varones ocasiona que cuando acuden al médico muchas veces sus problemas de salud están tan avanzados que ya no tienen remedio. (ver cuadro 3.25. y figura 3.14.).

Cuadro 3.25. Distribución de la población de 60 y más años, según percepción de su estado de salud y rango de edad, Monterrey, 2017

Grupo de edad * Como percibe su salud * Sexo.							
Sexo	Grupo de edad	Como percibe su salud					Total %
		Muy buena %	Buena %	Regular %	Mala %	Muy mala %	
Varón	60 a 74 años	10.5	44.8	37.1	5.6	1.4	100.0
	75 y más años	12.7	42.9	38.1	4.8	1.6	100.0
Mujer	60 a 74 años	9.5	42.5	39.1	6.7	1.7	100.0
	75 y más años	12.7	36.4	38.2	10.9	1.8	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

Figura 3.14. Distribución poblacional de 60 y más años, según percepción de su estado de salud y rango de edad, Monterrey, 2017



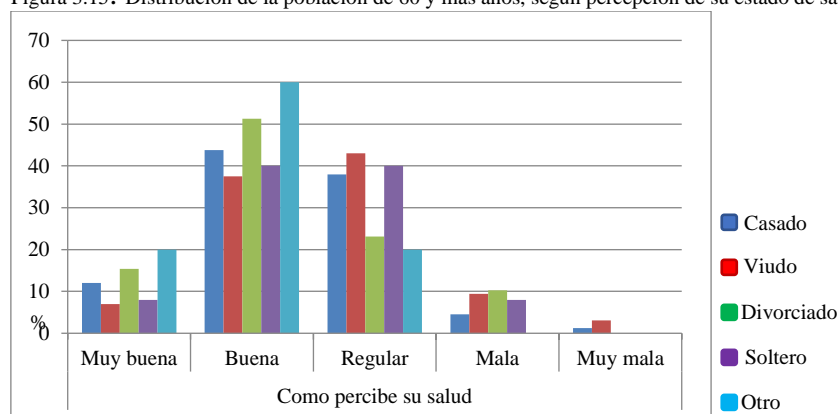
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

En la figura número 3.15. que corresponde al estado civil del cuadro 3.26., se muestran los resultados de la tabulación de la manera en que los adultos mayores encuestados perciben su estado de salud, relacionándolo con su estado civil. Se destaca en dicha gráfica el hecho de que las personas que perciben su salud como buena o muy buena, son aquellos cuyo estado civil no es casado ni viudo, ni divorciado o soltero, sino aquellos que dicen vivir en otra categoría de estado civil, que no está especificada en este estudio. En segundo lugar, se encuentran las divorciadas como aquellas que perciben su salud como buena o muy buena. En tercero las personas casadas, seguidas por los solteros, y el

menor porcentaje de sujetos que optaron por las variables buena o muy buena, fueron las quienes viven en un estado de viudez. En otras investigaciones (Castaño, 2015) se ha mostrado la siguiente tendencia: el 34.8% de los casados perciben mejor su estado de salud que los divorciados, aunque la autora no hace referencia al estado de viudez, menciona además que los divorciados tienden a percibir su estado de salud de manera más pesimista que los casados.

Asimismo, las personas que perciben su salud como mala o muy mala, de acuerdo a su estado civil fueron en conjunto el menor porcentaje de los encuestados, de los cuales el porcentaje más alto fue de personas divorciadas que es de 10.3 %, o el 3.1 % que representa a las personas viudas, que definen su salud como muy mala, siendo este 3.1 % el porcentaje más alto de personas que entienden su salud como muy mala, aun así, las personas que perciben su salud como mala o muy mala son proporcionalmente muy pocas, en comparación a aquellas que la conciben como buena o muy buena.

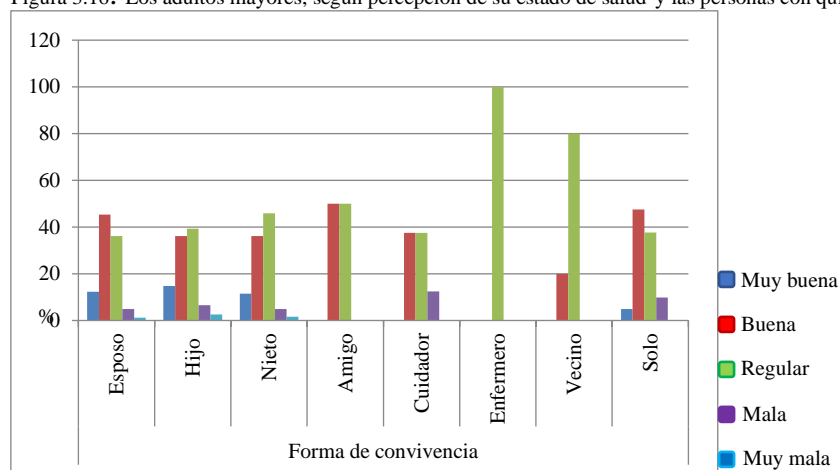
Figura 3.15. Distribución de la población de 60 y más años, según percepción de su estado de salud, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Por otra parte, si tomamos en cuenta cómo perciben su salud las personas de 60 y más años, de acuerdo con las personas con quienes viven, podemos ver en la figura 3.16. que el mayor porcentaje de aquellos que la observan como muy buen o buena, son las personas que viven con sus hijos, seguidos por aquellos que viven con sus esposos, por otra parte, las personas que definen su salud como mala o muy mala son sobre todo aquellos que son al igual que en la variable estado civil, un porcentaje muy bajo.

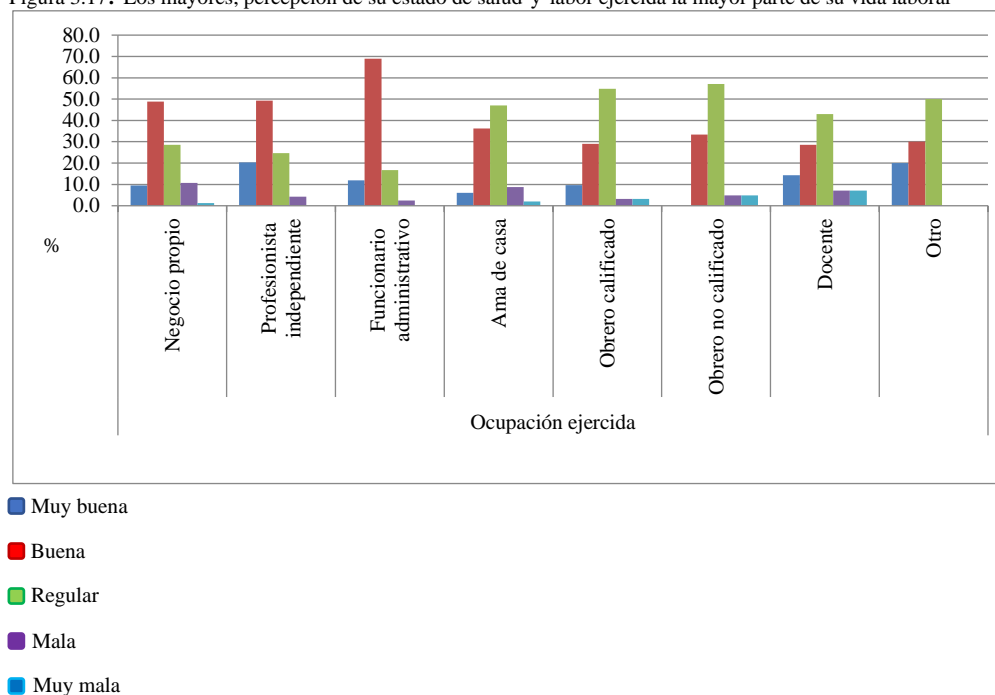
Figura 3.16. Los adultos mayores, según percepción de su estado de salud y las personas con quienes viven Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Los porcentajes de personas que conciben su estado de salud como mala o muy mala, siguen siendo muy bajos en caso de que se decida enfocar la percepción de la salud de los adultos mayores de acuerdo con la ocupación que han realizado a mayor parte de su vida. Las personas que laboraron como funcionarios administrativos, fueron quienes mostraron el mayor porcentaje de quienes perciben su salud como buena siendo un 60% de las personas que eligieron esta respuesta, seguidas por los profesionistas independientes y aquellos que tienen un negocio propio. Los obreros calificados y los obreros no calificados respondieron mayormente que perciben su salud como regular. Hay que señalar que en los procesos laborales en que trabajan los obreros suelen existir actividades que pueden perjudicar su salud (Ver figura 3.17.).

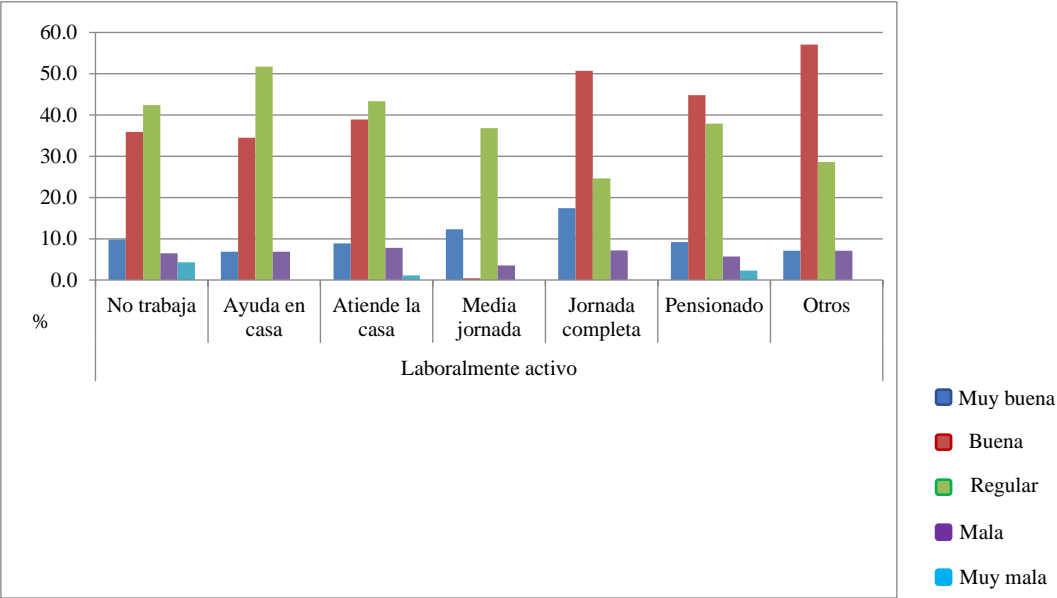
Figura 3.17. Los mayores, percepción de su estado de salud y labor ejercida la mayor parte de su vida laboral



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

En la figura 3.18. correspondiente al rubro “laboralmente activo” del cuadro número 3.26., donde los mayores porcentajes de la población encuestada corresponden a aquellos que laboran jornada completa y que perciben su salud como buena, seguidos por los que dicen que su salud es regular y que corresponden a aquellos que laboran trabajando en alguna casa y que reciben por ello una remuneración. En la juventud se aprende a aprovechar las relaciones laborales para desarrollar la propia jerarquía social, crear redes de relaciones sociales y laborales que facilitan el apoyo de la sociedad y sus instituciones para las personas. Asimismo, los conocimientos y habilidades de la persona quedan en evidencia en su desempeño laboral, motivo por el cual al desligarse de este medio en que transcurre casi la mitad de la vida del ser humano su sensación de discapacidad se agudiza, al ya no poder utilizar las cualidades utilizadas laboralmente, ya que por lo general no le son directamente útiles fuera del entorno laboral (Lang, 2010). El porcentaje más alto de personas que dicen que su salud es “Muy buena”, se encuentra también entre aquellos que contestaron que laboran tiempo completo, aunque son únicamente un 17%. En conclusión, las personas que laboran tiempo completo son aquellas que perciben más positivamente su estado de salud. Debemos recordar que la inactividad es uno de los principales factores que contribuyen al deterioro temprano de la salud mental y en consecuencia de la salud física de las personas de la tercera edad.

Figura 3.18. Los mayores, percepción de su estado de salud y situación laboral actual



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.26. Características sociodemográficas de los mayores, según percepción de su estado de salud

Características sociodemográficas		Como percibe su salud					Total %
		Muy buena %	Buena %	Regular %	Mala %	Muy mala %	
Sexo	Varón	11.2	44.2	37.4	5.3	1.5	100.0
	Mujer	10.3	41.0	38.9	7.7	1.7	100.0
Grupos de edad	60 a 74 años	9.9	43.5	38.2	6.2	1.6	100.0
	75 y más años	12.7	39.8	38.1	7.6	1.7	100.0
Estado civil	Casado	12.0	43.8	38.0	4.5	1.2	100.0
	Viudo	7.0	37.5	43.0	9.4	3.1	100.0
	Divorciado	15.4	51.3	23.1	10.3	0.0	100.0
	Soltero	8.0	40.0	40.0	8.0	0.0	100.0
	Otro	20.0	60.0	20.0	0.0	0.0	100.0
Forma de convivencia	Esposo	12.3	45.3	36.2	4.9	1.2	100.0
	Hijo	14.8	36.2	39.3	6.6	2.6	100.0
	Nieto	11.5	36.1	45.9	4.9	1.6	100.0
	Amigo	0.0	50.0	50.0	0.0	0.0	100.0
	Cuidador	0.0	37.5	37.5	12.5	0.0	100.0
	Enfermero	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	100.0
	Vecino	0.0	20.0	80.0	0.0	0.0	100.0
	Solo	4.9	47.5	37.7	9.8	0.0	100.0
Ocupación ejercida	Negocio propio	9.5	48.8	28.6	10.7	1.2	100.0
	Profesionista independiente	20.3	49.3	24.6	4.3	0.0	100.0
	Funcionario administrativo	11.9	69.0	16.7	2.4	0.0	100.0
	Ama de casa	6.0	36.2	47.0	8.7	2.0	100.0
	Obrero calificado	9.7	29.0	54.8	3.2	3.2	100.0
	Obrero no calificado	0.0	33.3	57.1	4.8	4.8	100.0
	Docente	14.3	28.6	42.9	7.1	7.1	100.0
	Otro	20.0	30.0	50.0	0.0	0.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	9.8	35.9	42.4	6.5	4.3	100.0
	Empleado doméstico	6.9	34.5	51.7	6.9	0.0	100.0
	Labores de hogar	8.9	38.9	43.3	7.8	1.1	100.0
	Media jornada	12.3	0.5	36.8	3.5	0.0	100.0
	Jornada completa	17.4	50.7	24.6	7.2	0.0	100.0
	Pensionado	9.2	44.8	37.9	5.7	2.3	100.0
	Otros	7.1	57.1	28.6	7.1	0.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

4.3. Características de la morbilidad de las personas mayores encuestadas

Uno de los errores más grandes del enfoque sociocultural respecto a la presencia de síntomas de enfermedad en las personas mayores, es el de pensar que es propio de la edad el presentar síntomas de mala salud. Al igual que el estoicismo de los varones, esta idea equivocada determina que muchos de los problemas de salud que pudieran tratarse de forma efectiva, sean tolerados por las personas de la tercera edad, por considerarlos propios de la edad (Jilha, 1986). Asimismo, esta manera de pensar causa las mismas repercusiones que en el caso de los varones de la pregunta anterior. Muchas de las enfermedades que, de ser tratadas oportunamente, pudieran tener menos repercusión en el estado de salud de los adultos mayores al ser descuidadas, resultan ser incurables o haber tenido ya otro tipo de repercusiones en los adultos mayores. Los problemas más comunes son los de movilidad y discapacidad (aparato locomotor, vista y oído) y los de salud mental (demencia senil, Alzheimer).

Basándonos en otros estudios (Guillen, 1995), se eligieron los problemas que mayor injerencia tienen en el grupo de los adultos mayores, es decir de las personas que tienen 60 y más años siendo las del aparato locomotor, respiratorio, genito-urinario, sistema nervioso, vista y oídos.

En el cuadro número 3.27. y la figura 3.19., relativo a la percepción de la salud (“¿Tiene algún problema de salud?”) Los varones que respondieron que no fueron más que las mujeres. De incontinencia fue igual número de varones los que respondieron afirmativamente a esta pregunta, que de mujeres. Al igual que los problemas respiratorios, fue igual el número de mujeres que de hombres que eligieron esta variable como respuesta. En el caso de los problemas de desorientación, el número de varones que eligieron esa variable fue superior al de mujeres: 39.5 % y 66.7 de varones. Podemos suponer que, al no estar considerado el hecho de perderse como una enfermedad, aunque sí es un síntoma notorio de ella, los varones se sintieron con más libertad de elegir esta opción que en las demás variables. Por otro lado, como la mayor parte de las actividades de las mujeres adultas mayores se circunscriben al hogar, tienen menos posibilidades de

tener síntomas de desorientación, que los varones, que normalmente incursionan con mayor frecuencia en los espacios públicos que las mujeres.

Debemos recordar que los índices de envejecimiento poblacional, deben ser un foco de atención, para quienes planifican los sistemas de salud en México, recordemos que de acuerdo los estudios en prospectiva realizados por el CONAPO, la población de personas de la tercera edad “pasarán del 7.79% al 27.72%; los de 65 años y más pasarán del 5.35% al 21.27% y los de 70 años y más pasarán del 3.45% al 15.33% de la población total del país durante el periodo 2006 al 2050.” (Instituto para la Atención de los Adultos Mayores en el Distrito Federal, 2009, p. 4). Motivo por el cual debemos poner especial atención a los indicadores de salud y en este caso a los indicadores de percepción de salud de los adultos mayores, ya que está demostrado que la percepción de su estado de salud determina en gran manera su salud mental y que esta afecta de forma directa a su salud física.

Las demás variables de esta pregunta fueron elegidas con mayor frecuencia por mujeres que por hombres, 39.5 %, de las personas encuestadas que eligieron la variable “Vista”, fueron varones y el 60.5 restantes fueron mujeres. 44% varones respondieron que tenían problemas auditivos y 55.2% mujeres. Los problemas de movilidad se presentan con mucha mayor frecuencia en mujeres 61.3 %, que en varones, 38.7 %. En cuanto a las dificultades psicológicas el 51.9 % de las respuestas positivas fue de las mujeres encuestadas frente a un 48.1 % de varones. Los problemas cardiovasculares fueron elegidos como respuesta por el 57.7 % de mujeres en comparación del 42.3 % de varones.

En el único problema de salud de los aquí incluidos, en que el porcentaje de varones superó al de las mujeres es en el de problemas de desorientación. Cabe mencionar que la variable se planteó como “Se pierde fácilmente”, lo cual en el lenguaje popular de la región no es considerado como una enfermedad. Los varones que aceptaron tener este problema no lo consideran un problema de salud. En las mujeres, los problemas que fueron elegidos por ser los más frecuentes en orden descendente son: Primero las dificultades de movilidad (pies y piernas): 61.3 % y 38.7 % de los que eligieron esta respuesta fueron varones, seguido por: 60.5 % de mujeres y 39.5 % de varones con problemas de la vista; 57.7% con dificultades cardiovasculares son mujeres y 42.3%

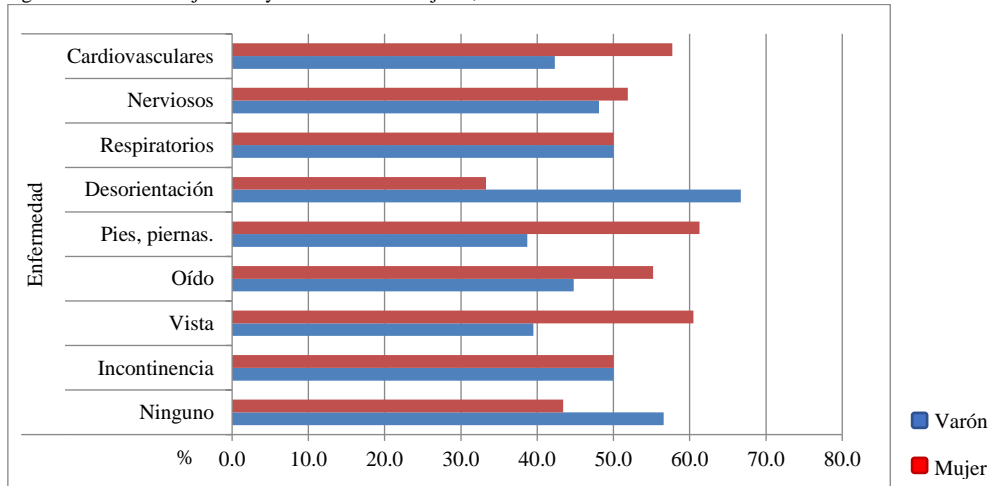
hombres. 55.2 % mujeres en contraste con 44.8 % del sexo masculino sufren del oído, 55.9 % que son del sexo femenino tienen problemas nerviosos y 48.1 % son hombres. Siguiendo con los porcentajes, el 50 % reportan padecer temas respiratorios, al igual que estos últimos el 50% de mujeres sufren de incontinencia urinaria, e igual número de hombres, el 43.4 % de las personas que contestaron que no tenían problemas de salud fueron mujeres y 56.6 % varones (ver cuadro 3.27 y figura 3.19.).

Cuadro 3.27. Porcentaje de mayores varones o mujeres, en relación con las enfermedades frecuentes de la tercera edad

Morbilidad de los adultos mayores				
Parámetro		Sexo		Total
		Varón %	Mujer %	
Enfermedad	Ninguno	56.6	43.4	100.0
	Incontinencia	50.0	50.0	100.0
	Vista	39.5	60.5	100.0
	Oído	44.8	55.2	100.0
	Pies, piernas.	38.7	61.3	100.0
	Desorientación	66.7	33.3	100.0
	Respiratorios	50.0	50.0	100.0
	Nerviosos	48.1	51.9	100.0
	Cardiovasculares	42.3	57.7	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.19. Porcentaje de mayores varones o mujeres, en relación con las enfermedades frecuentes de la tercera edad



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

4.4. La acumulación de los problemas de salud de los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey

El cuadro 3.28. muestra que las personas de 60 y más años encuestadas en el Área Metropolitana de Monterrey presentan en general un promedio de 1.05 problemas de salud, lo más común es reconocer un problema, y el promedio de la cantidad de dificultades de salud que presentan las personas encuestadas es de 1. En esto participa el medio ambiente en que se ha crecido, incluso en el lugar en que se nace tiene grandes efectos en el envejecimiento saludable. Si se propician entornos funcionales para que los adultos mayores puedan ejercitarse en la proximidad de sus barrios, lo que favorecerá el envejecimiento activo, ya que la masa muscular puede recuperar su estado óptimo gracias a un ejercicio adecuado en la tercera edad, lo cual en conjunto con la secreción de endorfinas estimuladas en la actividad física propicia también un estado mental saludable en los adultos mayores (OMS, 2015). Los porcentajes de problemas que se presentaron en el total de las 9 posibles variables elegidas, que representan problemas de salud son de: las personas que dicen tener ninguna dificultad de salud fueron el 26.1% de los encuestados. De estos un 52% eligieron al menos uno de los problemas de salud presentados en las variables de esta pregunta, mientras que las personas que dicen tener dos de los problemas de salud que se mencionan fueron el 14.5 %. Tres problemas de salud 5.7% y cuatro problemas un 1.6%.

Cuadro 3.28. Acumulación de problemas de salud en los mayores

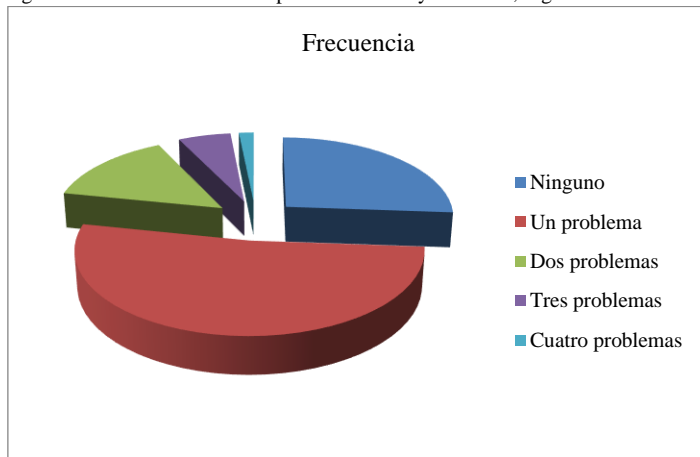
Suma de problemas presentados		
	Frecuencia	Porcentaje %
Ninguno	115	26.1
Un problema	229	52.0
Dos problemas	64	14.5
Tres problemas	25	5.7
Cuatro problemas	7	1.6
Total	440	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

En la siguiente figura (número 3.20.) se observa cómo es más grande la proporción de personas (un 52 % de los adultos mayores encuestados) que dicen no presentar ninguno

de los problemas de salud. En comparación con el resto de los porcentajes de número acumulativo de personas que respondieron a la encuesta se presentan como sigue: el porcentaje de 52% es seguido por el de 26.1 % que representa quienes dicen no tener problemas de salud, lo cual representa un 50% menos que el rubro anterior. Si se observan los porcentajes del cuadro 25, el siguiente rango lo ocupan las personas que dicen tener dos problemas de salud (14.5 %), que también representan aproximadamente el 50% del que lo precede. A continuación, está el porcentaje de personas que dicen tener únicamente tres problemas, que desciende hasta una tercera parte del que lo precede 5.7% y cuatro problemas solo 7 personas lo reportan, lo que representa el 1.6%, la cuarta parte del anterior. De la muestra poblacional encuestada nadie manifestó tener más de 4 problemas de salud que se presentan en esta tesis (ver figura 3.20.).

Figura 3.20. Distribución de la población de 60 y más años, según la acumulación de problemas de salud, Monterrey, 2017

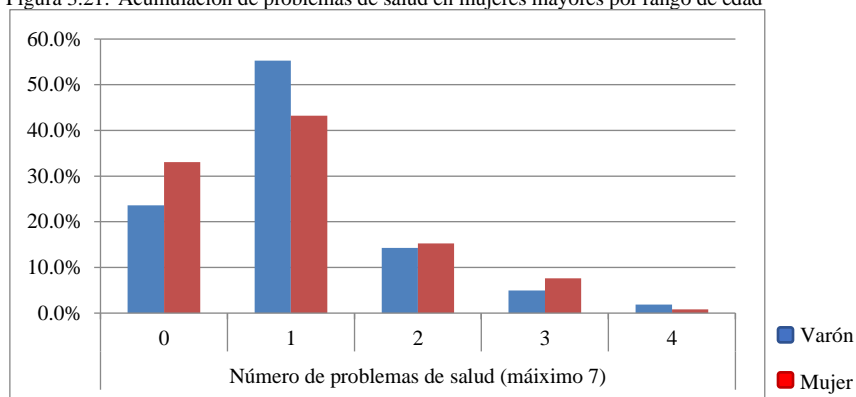


Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

En el cuadro número 3.30. se muestran la diferencia de acuerdo con el sexo de las personas encuestadas, respecto al número de problemas de salud que presentan: un 30% de los varones dicen no tener problemas de salud, lo cual es atribuible al estoicismo que presentan respecto a las enfermedades. El porcentaje de mujeres que dicen no presentar problemas de salud es de 22.2%. En las tres columnas restantes, es superior el número de mujeres, respecto al de varones. En el cuadro 3.30., figura número 3.21. se muestra la cantidad de enfermedades que dicen poseer los adultos mayores encuestados de acuerdo con su grupo de edad. Si separamos la población de 60 y más en dos grupos, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más observamos que el porcentaje de personas que dicen no tener ningún padecimiento es mayor en el segundo grupo de edad. Esto no es lógico, pues conforme a la tendencia natural, en la medida que las personas aumentan su

edad presentan mayor número de padecimientos. Recordemos que el grupo social en que se desarrolla y vive un individuo es el referente para la autopercepción de sí mismo, desde el grupo familiar, el grupo laboral, los grupos de actividad social en que se desenvuelve una persona determinan la manera en que percibe su vejez y el estado de salud de este (Garay, 2009). El porcentaje de personas que tienen un padecimiento de los aquí estudiados es menor en el segundo grupo de edad, posiblemente porque el número de sujetos que dicen tener dos o tres problemas de salud se incrementa en el segundo grupo de edad, para luego mostrar decremento en el grupo de personas que padecen 4 enfermedades.

Figura 3.21. Acumulación de problemas de salud en mujeres mayores por rango de edad



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Debido a la manera ilógica en que se presenta la gráfica anterior, es pertinente desglosar aún más los rangos de edad, formando 5 grupos. El primero de 60 a 64 años, el segundo de 65 a 69, el tercero de 70 a 74, el cuarto de 75 a 79 años, y el último de 80 y más.

En el cuadro número 3.29. y la figura número 3.22. se observan los resultados presentados de acuerdo con esta nueva segmentación de los grupos de edad. En el de 60 a 64 años, el porcentaje de personas que dicen no tener ninguna enfermedad es muy alto (31%) en comparación de los dos que le preceden, siendo de 18.9% en los adultos mayores de 65 a 69 y de 18.4% en el grupo de 70 a 74, para volver a incrementarse de manera significativa en los grupos de 75 a 79 años, siendo de 27.1% y continua con la tendencia a aumentar en el grupo de 80 y más, en que muestra un 37.1%. Será interesante tratar de entender en estudios posteriores el porqué de esta tendencia, ya que de acuerdo con la evolución natural el número de las enfermedades propias de la tercera edad debería

ir incrementándose conforme aumenta el rango de edad. Algunas observaciones pertinentes en torno a lo anterior es que los 65 años marca la ley en México como edad de jubilación. La manera en que perciben los adultos mayores su estado de salud puede ser un factor determinante en el diagnóstico de su condición médica, y del curso que tendrá durante la tercera edad. Asimismo, la manera que los de 60 y más perciben su estado de salud puede servir de base a quienes se ocupan de desarrollar políticas de los sistemas sanitarios (Ocampo, 2010). Aunque es posible pensar que al estar desocupados los pensionados tienen ahora más tiempo para poner atención a sus problemas de salud no explicaría porqué al llegar al rango de 75 a 79 años, se incrementa de forma significativa el porcentaje de quienes dicen no tener ningún padecimiento, pasando de 18.4%, a 27% y menos, aún porque continúa incrementándose en el siguiente rango a 37.1%. Si se enfocara esta cuestión, no únicamente desde el punto de vista biológico, sino también del psicológico, como se ha subrayado, al separarse de sus habituales labores de trabajo, muchos adultos mayores presentan síntomas de depresión. El dolor por la muerte de un ser querido, la disminución socioeconómica consecuencia de la jubilación, o la paulatina pérdida propia de la edad de las habilidades físicas y mentales. Son factores que pueden ocasionar que los mayores se aislen, pierdan su independencia, y sufran soledad y angustia. (OMS, 2016).

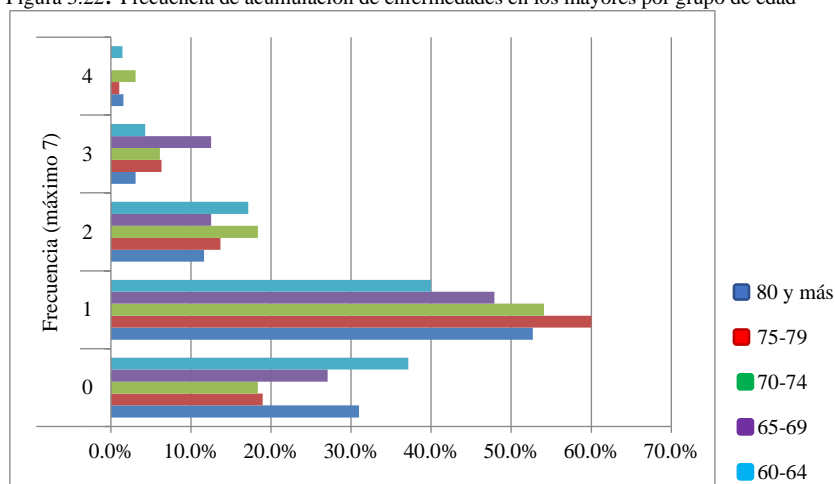
El resto de los números acumulativos de padecimientos respecto a los grupos de edad desglosados muestra que en el rango de 60 a 64, las personas que dicen tener un solo padecimiento son el 52.7%, para aumentar a 60% en el grupo de 65 a 69 años, para luego decrecer (en contra de la lógica) a 54.1%, 47.9% y 40%, en los restantes grupos de edad. Las personas que dicen tener 2 padecimientos se incrementan porcentualmente en los grupos de 65 a 69 y de 70 a 74, para disminuir en los restantes. El porcentaje de personas que dicen padecer 3 enfermedades, igualmente se incrementa en el grupo de 65 a 69 años.

Cuadro 3.29. Frecuencia de acumulación de enfermedades en los mayores por grupo de edad

Grupo de edad y frecuencia de enfermedades						
Grupo de edad	Frecuencia (máximo 7)					Total
	0	1	2	3	4	%
60-64 años	31	52.7	11.6	3.1	1.6	100
65-69 años	18.9	60	13.7	6.3	1.1	100
70-74 años	18.4	54.1	18.4	6.1	3.1	100
75-79 años	27.1	47.9	12.5	12.5	0.0	100
80 y más años	37.1	40	17.1	4.3	1.4	100
Total	26.1	52	14.5	5.7	1.6	100

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

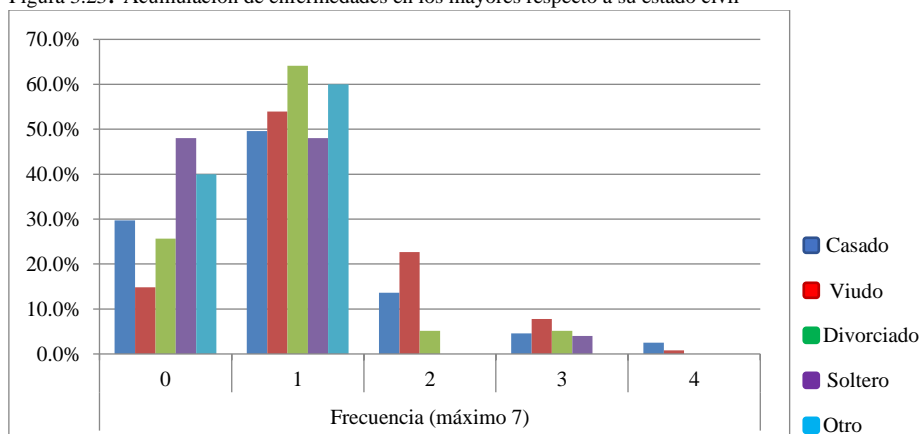
Figura 3.22. Frecuencia de acumulación de enfermedades en los mayores por grupo de edad



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Si visualizamos el grado de morbilidad respecto el estado civil de los adultos mayores se observa que su estado emocional debe ser una de las principales causas de la manera en que visualizan su estado de salud. De acuerdo con la figura 3.23. y el cuadro 3.30., el porcentaje más bajo de personas que dicen no tener ningún padecimiento son los del grupo de los viudos, el más alto porcentaje de quienes eligieron la opción de no tener padecimientos, son solteros, seguido por el de los casados, el de divorciado y los viudos, que ya hemos mencionado son los que presentan el menor porcentaje de quienes dicen no tener ningún padecimiento. Los que ocupan el primer lugar en tener un solo padecimiento y que además representan el mayor porcentaje de la población son los divorciados, las personas que dicen tener 2 o 3 padecimientos son mayormente viudos, esto cambia en el último grupo de edad, el de 4 enfermedades en el que, aunque los porcentajes no son muy altos si es notorio que el primer lugar lo ocupan los casados.

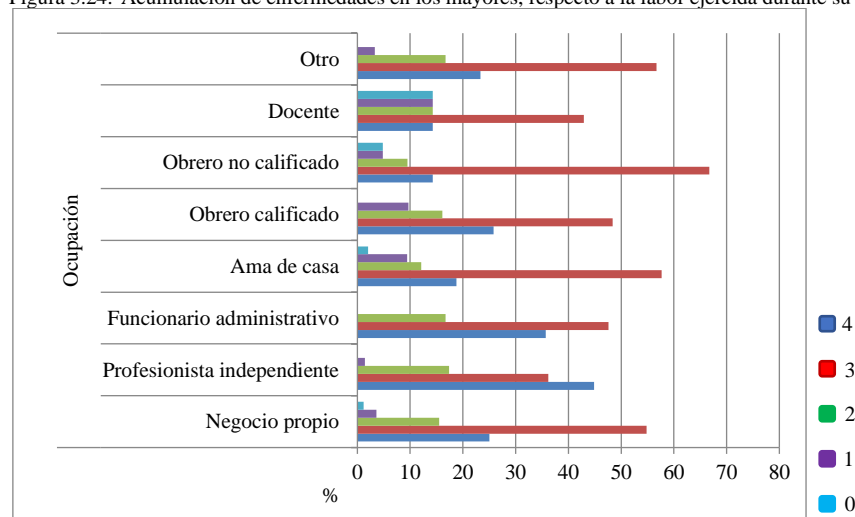
Figura 3.23. Acumulación de enfermedades en los mayores respecto a su estado civil



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

El mayor porcentaje de las personas respecto a la acumulación de enfermedades está representado por los que la mayor parte de su vida han laborado como amas de casa, con un 57.7% en el rubro de quienes dicen tener un solo padecimiento. Quienes poseen menos porcentajes son los que han laborado como docentes. Los que han atendido un negocio propio tienen también un porcentaje alto en el rubro de quienes únicamente tienen una sola enfermedad (ver cuadro 3.30. y figura 3.24.).

Figura 3.24. Acumulación de enfermedades en los mayores, respecto a la labor ejercida durante su vida laboral

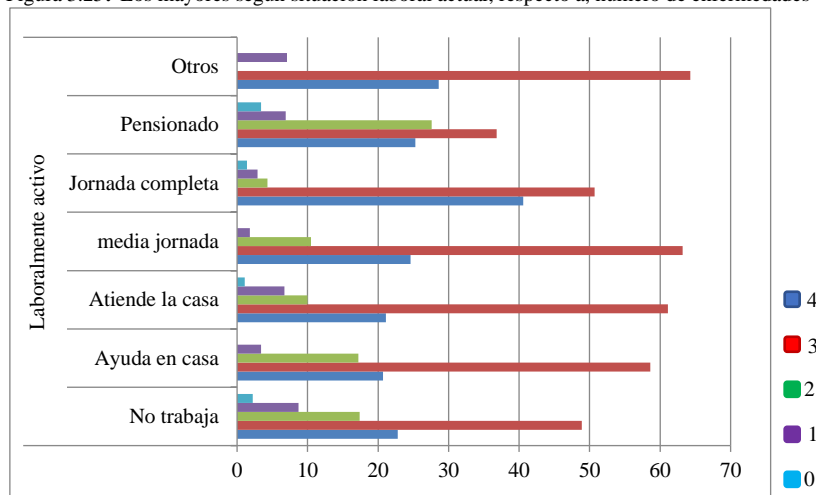


Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

En cuanto a su actual situación laboral de acuerdo con el mismo cuadro 3.30. pero con referencia a la figura 3.25. el mayor porcentaje de personas que dicen no tener ninguna de las enfermedades mencionadas son los que tienen una jornada completa para laborar.

Esto puede reforzar la teoría de que las personas que se encuentran ocupadas en el sentido laboral son las que menos padecen enfermedades, o bien las que menos tienen su mente enfocada en ello, seguidos por el grupo de personas pensionadas. El mayor número de quienes dicen tener una sola enfermedad son los que trabajan en su casa seguidos por los que no trabajan. Pero siguiendo con la teoría de que la jubilación afecta grandemente ya sea, el estado de salud de las personas pensionadas, o bien la manera en que estas personas perciben su estado de salud. Los mayores porcentajes de quienes dicen padecer 2 o tres enfermedades están representados por las personas pensionadas o los que no trabajan y el porcentaje más alto de quienes padecen 4 enfermedades son también los pensionados.

Figura 3.25. Los mayores según situación laboral actual, respecto a, número de enfermedades



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.30. Los mayores, la acumulación de enfermedades y sus características sociodemográficas

Características sociodemográficas.		Número de problemas de salud (máximo 7)					Total %
		0 %	1 %	2 %	3 %	4 %	
Sexo	Varón	30.6	49.5	15.0	3.9	1.0	100.0
	Mujer	22.2	54.3	14.1	7.3	2.1	100.0
Grupo de edad	60 a 74 años	23.6	55.3	14.3	5.0	1.9	100.0
	75 y más años	33.1	43.2	15.3	7.6	0.8	100.0
Estado civil	Casado	29.8	49.6	13.6	4.5	2.5	100.0
	Viudo	14.8	53.9	22.7	7.8	0.8	100.0
	Divorciado	25.6	64.1	5.1	5.1	0.0	100.0
	Soltero	48.0	48.0	0.0	4.0	0.0	100.0
	Otro	40.0	60.0	0.0	0.0	0.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	25.0	54.8	15.5	3.6	1.2	100.0
	Profesionista independiente	44.9	36.2	17.4	1.4	0.0	100.0
	Funcionario administrativo	35.7	47.6	16.7	0.0	0.0	100.0
	Ama de casa	18.8	57.7	12.1	9.4	2.0	100.0
	Obrero calificado	25.8	48.4	16.1	9.7	0.0	100.0
	Obrero no calificado	14.3	66.7	9.5	4.8	4.8	100.0
	Docente	14.3	42.9	14.3	14.3	14.3	100.0
	Otro	23.3	56.7	16.7	3.3	0.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	22.8	48.9	17.4	8.7	2.2	100.0
	Empleado doméstico	20.7	58.6	17.2	3.4	0.0	100.0
	Labores del hogar	21.1	61.1	10.0	6.7	1.1	100.0
	media jornada	24.6	63.2	10.5	1.8	0.0	100.0
	Jornada completa	40.6	50.7	4.3	2.9	1.4	100.0
	Pensionado	25.3	36.8	27.6	6.9	3.4	100.0
	Otros	28.6	64.3	0.0	7.1	0.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

4.5. El consumo de medicamentos de los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey

La ingesta excesiva de medicamentos suele provocar grandes daños principalmente en el sistema nervioso central y al tracto gastrointestinal. Otro de los grandes problemas que se presentan en el grupo de la tercera edad, es la dificultad para detectar correctamente las enfermedades. Muchos confunden los síntomas de las enfermedades con signos típicos del deterioro fisiológico de esta edad. Asimismo, muchas veces los síntomas de dicho deterioro suelen confundirse con problemas de salud “la vejez no es una enfermedad. Los adultos consumen durante años más de un medicamento al día, en promedio una o dos veces al día” (Valderrama, 1998). Aquí, se detectó que más del 20% de la población estudiada tomaban los medicamentos prescritos como de uso diario, únicamente cuando aparecían los síntomas.

El número de problemas de salud percibidos tiende a aumentar conforme avanza la edad. Esto representa para los médicos un problema, debido a que, al estar tratando varios padecimientos de manera simultánea, muchas veces pueden confundirse los síntomas de unas enfermedades por otros. Así mismo pueden los medicamentos prescritos estar ejerciendo un efecto adverso en las demás enfermedades. Por otro lado, la acumulación de prescripciones de medicamentos queda muchas veces oculta para los médicos. Es necesario que exista un médico que lleve el control general de los medicamentos prescritos por los especialistas que están atendiendo a un paciente de la tercera edad. Así mismo es recomendable en muchos de los casos que exista una persona que se los administre de forma ordenada o que ayude al paciente a poner en orden sus medicamentos, en lugar de dejarlo únicamente al criterio de este. En general la mayor parte de las personas encuestadas dicen tomar 2 medicamentos diariamente. El promedio diario de ingesta de medicamentos en las personas encuestadas es de 2.58% (ver cuadro 3.31.).

En el cuadro 3.31. podemos ver los porcentajes de la frecuencia con que ingieren medicamentos los adultos mayores encuestados. El mayor porcentaje de ellos (el 39.3%) dicen tomarlos ocasionalmente. Aquí, se pueden reflejar varios problemas, uno de ellos es que el medicamento sea prescrito como de uso continuo y que el paciente lo ingiera

únicamente cuando se presentan los síntomas. Es necesario evaluar la medicación de los adultos mayores, ya que, a la hora de hacer ejercicio, los medicamentos tienen efecto sobre el rendimiento del organismo (Heredia, 2006), pero esto no es propio únicamente de la tercera edad, sino de cualquier otra etapa de la vida de los seres humanos. Otro, es que el medicamento no esté prescrito, ya que en muchas ocasiones y principalmente las personas con más alto nivel educativo y mujeres, se automedican.

Cuadro 3.31. Los mayores y la ingesta de medicamentos

Datos estadísticos	
Frecuencia de uso de medicamentos	
Validos	440
Perdidos	0
Media	2.584
Mediana	2
Moda	2
Desviación estándar.	1.1582

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

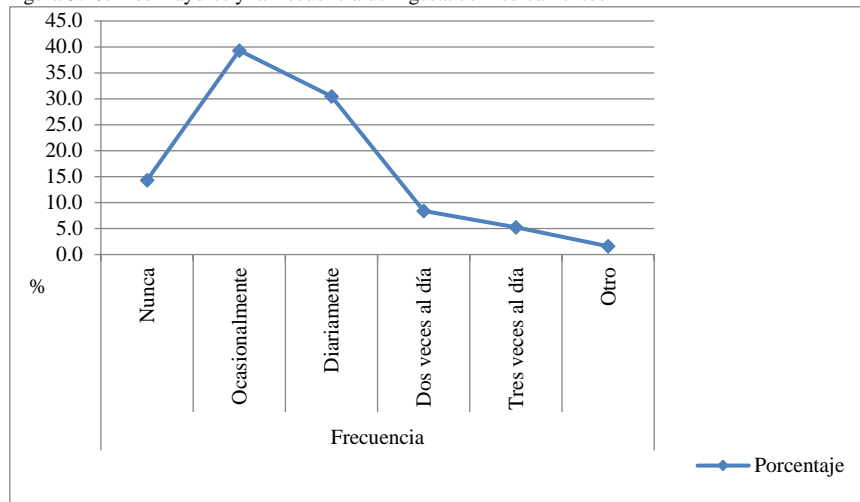
Cuadro 3.32. Frecuencia de ingesta de medicamentos por los mayores

Frecuencia de uso de medicamentos		
Frecuencia	Número	Porcentaje %
Nunca	63	14.3
Ocasionalmente	173	39.3
Diariamente	134	30.5
Dos veces al día	37	8.4
Tres veces al día	23	5.2
Otro	7	1.6
Total	440	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

En la figura número 3.26., se muestra con claridad cómo la ingesta de medicamentos de manera ocasional ocupa el lugar más alto dentro de las frecuencias de ingesta de medicamentos de las personas encuestadas. Este porcentaje es seguido por un 30.5% de personas que dicen ingerir diariamente un solo medicamento, para continuar descendiendo a 14.3% que representa a las personas que no ingieren medicamentos. 8.4% los ingieren 2 veces al día, 5.2% tres veces al día.

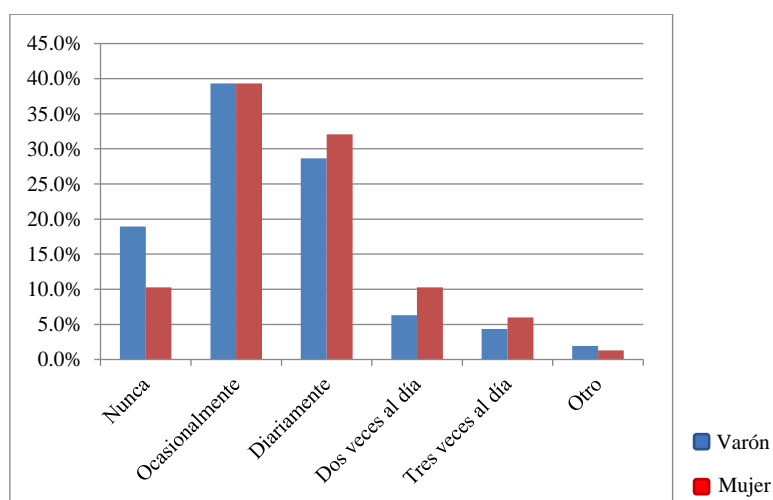
Figura 3.26. Los mayores y la frecuencia de ingesta de medicamentos



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Como se afirmó, las mujeres ingieren mayor cantidad de medicamentos. Viendo este hecho de manera positiva se pensaría que los hombres se enferman menos. También son los que acuden con menor frecuencia al médico, debido en parte a la educación recibida, en el sentido de aguantar estoicamente las enfermedades en lugar de tratar de resolverlas. El número de pacientes que toman medicamentos ocasionalmente, son un número igual de mujeres y hombres, pero las personas que los ingieren diariamente o bien quienes los utilizan dos o tres veces al día, como se muestra en la figura 3.27., suelen ser mayormente del sexo femenino.

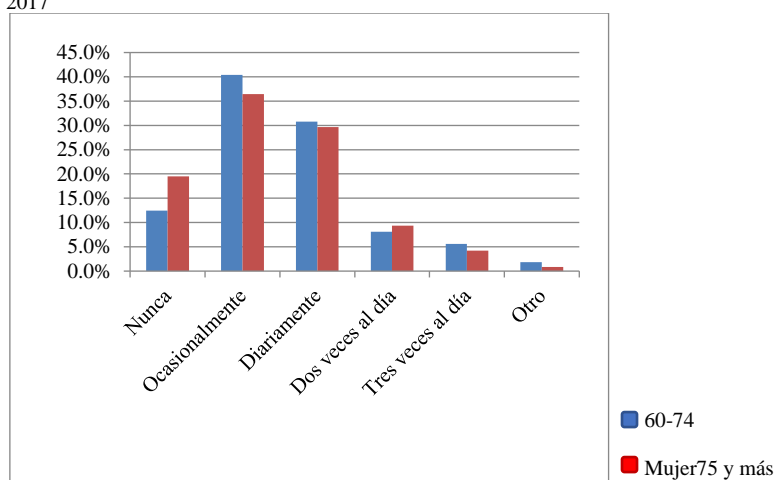
Figura 3.27. Frecuencia de ingesta de medicamentos, de acuerdo con el sexo de los mayores



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

En cuanto al grupo de edad, las mujeres que dicen no ingerir medicamentos extrañamente fueron más los del segundo grupo, el de 75 y más años. Los que lo ingieren ocasionalmente, por el contrario, son la mayor parte los del grupo de menor edad (entre 60 y 74) mientras que las personas que los ingieren dos veces al día son un porcentaje muy parecido de ambos grupos. Por último, quienes ingieren medicamentos tres veces al día son en su mayoría del segundo grupo de edad, lo cual es lógico puesto que el número de patologías aumentan conforme avanza la edad de las personas (Fig. 3.28.).

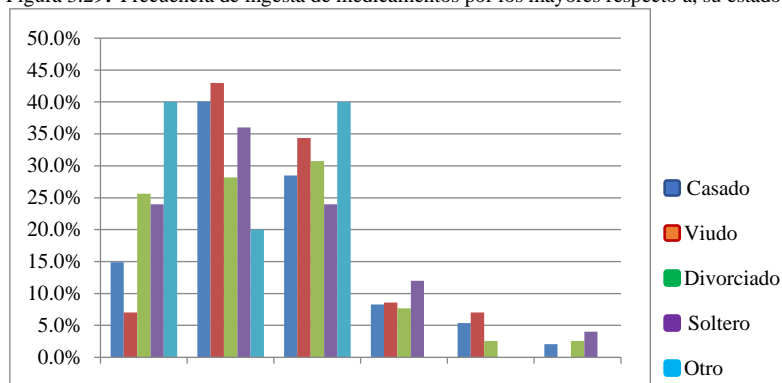
Figura 3.28. Distribución de la población de mujeres de 60 y más años, según frecuencia de ingesta de medicamentos, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Un dato importante se muestra en la gráfica número 3.29. correspondiente a las personas viudas, son las que más ingieren medicamentos, si medimos desde el punto de vida del estado civil de las personas podría ser en el sentido positivo, de que estas personas tengan más tiempo para atender su estado de salud. Pero, por otra parte, el estado depresivo, propio de quienes pierden a su pareja, acelera el deterioro tanto físico como mental del cónyuge. Aunque esto sucede en cualquier momento de la vida, es en la tercera edad en la que se tiene mayor posibilidad de perder a una pareja, es esta etapa de la vida en la que se presenta de manera recurrente este problema y pudiera ser la causa de la ingesta mayor de medicamentos por las personas viudas.

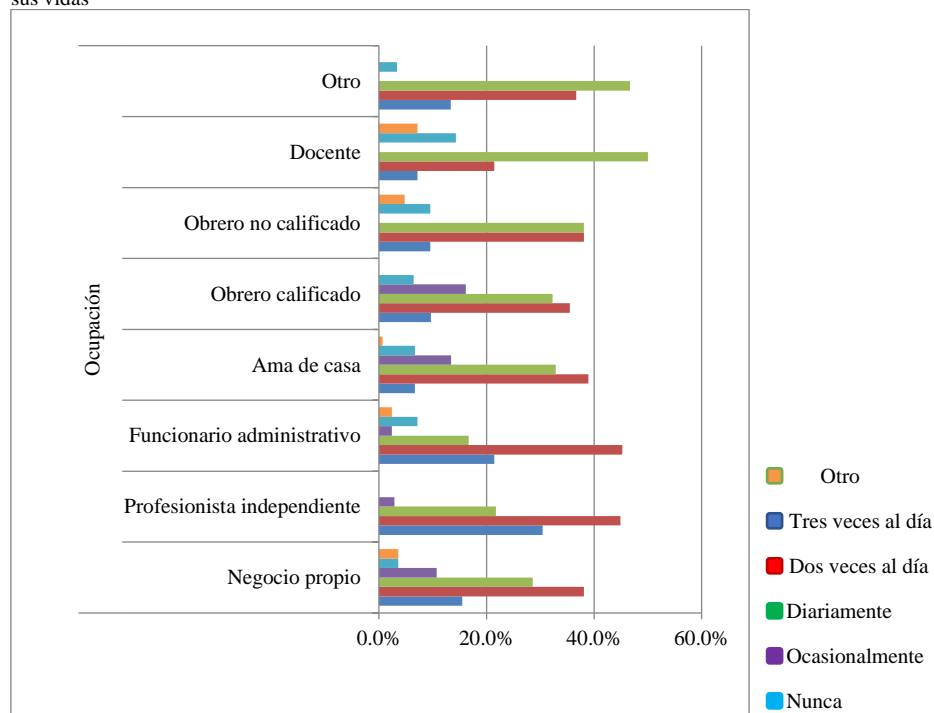
Figura 3.29. Frecuencia de ingesta de medicamentos por los mayores respecto a, su estado civil



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

En la siguiente figura (figura número 3.30.) se observa la manera en que se comporta la ingesta de medicamentos en relación con la actividad laboral ejercida la mayor parte de la vida de las personas que fueron encuestadas. En ella podemos notar cómo aquellas personas con un nivel cultural mayor parecen ser las que ingieren más medicamentos. Las personas que ejercieron la docencia durante la mayor parte de su vida laboral ocupan el primer lugar, aproximadamente el 50%. El mayor porcentaje de quienes dicen no ingerir medicamentos son profesionistas independientes: 30.4%. El 16.1% de quienes los toman dos veces al día son obreros calificados. De los que los toman tres veces al día, el mayor porcentaje vuelve a ser de los docentes 14.3%, ver cuadro número 3. 33.

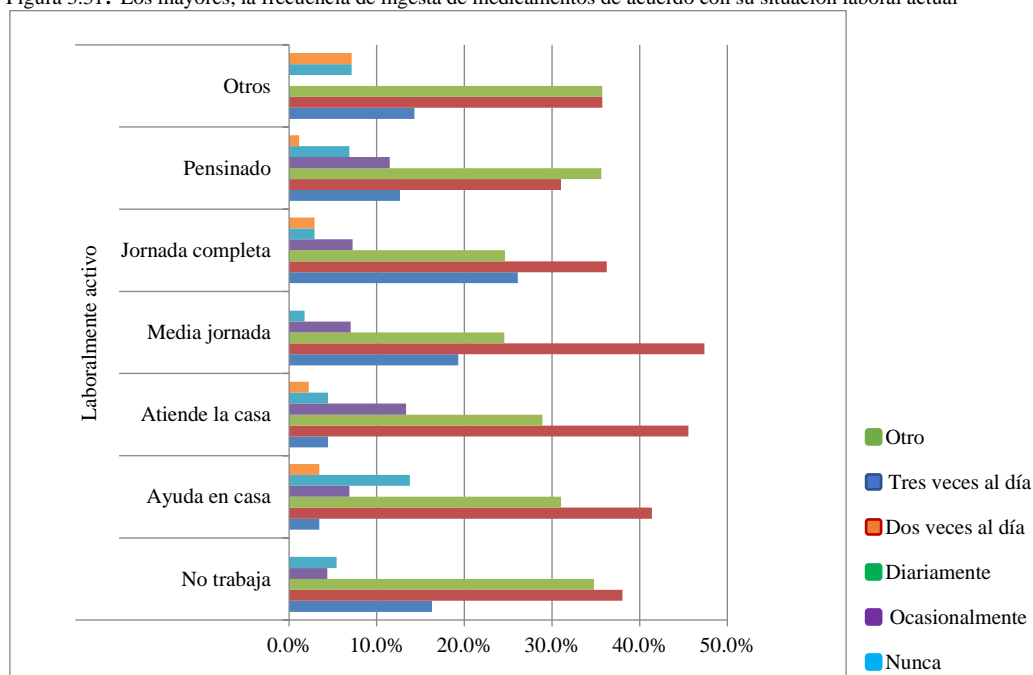
Figura 3.30. Frecuencia de ingesta de medicamentos por los mayores, de acuerdo con la profesión que ejercieron la mayor parte de sus vidas



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

En lo referente a la cantidad de medicamentos ingeridos en relación con la actividad o inactividad laboral de los encuestados el mayor porcentaje, 38% de las personas que ingieren medicamentos son personas que no trabajan y lo hacen ocasionalmente. Esto pudiera ser significativo si se toma en cuenta que las personas al dejar de laborar tienden a caer en estados depresivos. Así mismo al no ser prescritos para enfermedades de origen psiquiátrico tienden a la automedicación o al diagnóstico incorrecto de un proceso depresivo tomando en cuenta únicamente los síntomas, sin atender al origen de las patologías presentadas. Es como podría originarse la configuración de esta gráfica. En este sentido resulta igualmente significativo que el porcentaje más alto de sujetos que contestaron que no ingieren medicamentos de manera cotidiana pertenecen al de las personas que laboran jornada completa (ver cuadro 3.33. y gráfica 3.31.).

Figura 3.31. Los mayores, la frecuencia de ingesta de medicamentos de acuerdo con su situación laboral actual



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

Cuadro 3.33. Los mayores, su ingesta de medicamentos y sus características sociodemográficas, Monterrey 2017

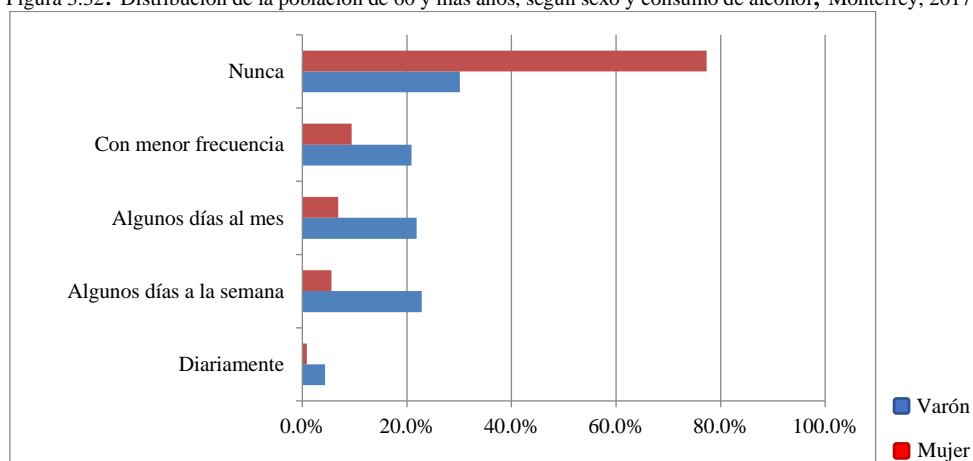
Frecuencia de uso de medicamentos								
Características sociodemográficas		Frecuencia						Total %
		Nunca %	Ocasionalmente %	Diariamente %	Dos veces al día %	Tres veces al día %	Otro %	
Sexo	Varón	18.9	39.3	28.6	6.3	4.4	1.9	100.0
	Mujer	10.3	39.3	32.1	10.3	6.0	1.3	100.0
Grupo de edad	60 a 74 años	12.4	40.4	30.7	8.1	5.6	1.9	100.0
	75 y más años	19.5	36.4	29.7	9.3	4.2	.8	100.0
Estado civil	Casado	14.9	40.1	28.5	8.3	5.4	2.1	100.0
	Viudo	7.0	43.0	34.4	8.6	7.0	0.0	100.0
	Divorciado	25.6	28.2	30.8	7.7	2.6	2.6	100.0
	Soltero	24.0	36.0	24.0	12.0	0.0	4.0	100.0
	Otro	40.0	20.0	40.0	0.0	0.0	0.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	15.5	38.1	28.6	10.7	3.6	3.6	100.0
	Profesionista independiente	30.4	44.9	21.7	2.9	0.0	0.0	100.0
	Funcionario administrativo	21.4	45.2	16.7	2.4	7.1	2.4	100.0
	Ama de casa	6.7	38.9	32.9	13.4	6.7	.7	100.0
	Obrero calificado	9.7	35.5	32.3	16.1	6.5	0.0	100.0
	Obrero no calificado	9.5	38.1	38.1	0.0	9.5	4.8	100.0
	Docente	7.1	21.4	50.0	0.0	14.3	7.1	100.0
	Otro	13.3	36.7	46.7	0.0	3.3	0.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	16.3	38.0	34.8	4.3	5.4	0.0	100.0
	Empleado doméstico	3.4	41.4	31.0	6.9	13.8	3.4	100.0
	Labores del hogar	4.4	45.6	28.9	13.3	4.4	2.2	100.0
	Media jornada	19.3	47.4	24.6	7.0	1.8	0.0	100.0
	Jornada completa	26.1	36.2	24.6	7.2	2.9	2.9	100.0
	Pensionado	12.6	31.0	35.6	11.5	6.9	1.1	100.0
	Otros	14.3	35.7	35.7	0.0	7.1	7.1	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

4.6. Los adultos mayores y la ingesta de alcohol

De acuerdo con la encuesta realizada por ENCODAT (Encuesta Nacional de consumo de Drogas, alcohol y tabaco) donde se visitaron 64,000 hogares y se entrevistaron a 56,877 personas, el consumo de alcohol se ha incrementado. El rubro que mayor crecimiento, fue el de las personas que dicen haber ingerido alcohol el último mes, (de 19.2% a 31.6%). También se incrementó de manera significativa el índice de adicción (de 4.1% a 6.2%). Las diferencias en el consumo de alcohol, en referencia a la diferencia de sexo, mostró una clara diferencia en la que las mujeres suelen beber mucho menos alcohol que los varones. Frente a la figura número 3.32. se infiere que el porcentaje más alto de la población encuestada dice que nunca consume alcohol, pero es notable que del total que nunca consumen alcohol, el 77.4% son mujeres. En todos los demás casos, en que se reporta el consumo de alcohol a diario, una vez al mes, una vez a la semana o con menor frecuencia, los varones beben más alcohol que las mujeres en una proporción del doble o más que ellas (ver figura 3.32), sin embargo de acuerdo a los datos encontrados al cruzar los resultados de la frecuencia de la ingesta de alcohol con el sexo de los mayores los resultado son contradictorios: existe una correlación moderada inversa entre las variables sexo varón y frecuencia de ingestión de alcohol de -0.443; y una correlación directa moderada entre la variables mujer y frecuencia de ingesta de alcohol de 0.443. Y en el caso de los mayores que no ingieren alcohol la correlación entre la variable sexo varón existe una correlación inversa entre ambas variables de -.477 y en el caso de las personas de sexo mujer y la respuesta nunca ingiero alcohol la correlación en directa de 0.477.

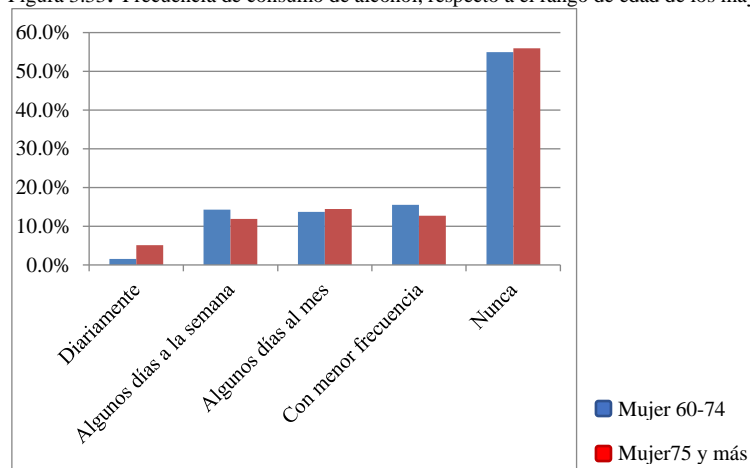
Figura 3.32. Distribución de la población de 60 y más años, según sexo y consumo de alcohol, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Si observamos el comportamiento de la población respecto al consumo de alcohol, refiriéndolo al grupo de edad, podemos notar que no existe mucha diferencia del de 60 a 74, con respecto al de 75 o más años. Lo que sí es notable es que la mayor parte de la población no ingiere alcohol (el 55% de la población en ambos grupos de edad). Y el menor porcentaje observado en el cuadro número 3.34. corresponde a quienes dicen consumir bebidas alcohólicas diariamente (1.6% en el grupo de 60 a 74) aunque es notorio cómo este número se incrementa en el segundo grupo de edad (75 y más) a 5.1% (ver cuadro 3.34 y figura 3.33). Respecto a la tendencia a consumir alcohol y estado civil, de acuerdo con el cuadro número 3.34., se observa que la soledad o el estado depresivo propio de esta condición está ligado al alto nivel de consumo de alcohol. El mayor porcentaje de personas que lo consumen diariamente es el de las personas viudas 4.7%, 4% las solteras y divorciados un 2.6% y únicamente un 1.2% son casados.

Figura 3.33. Frecuencia de consumo de alcohol, respecto a el rango de edad de los mayores

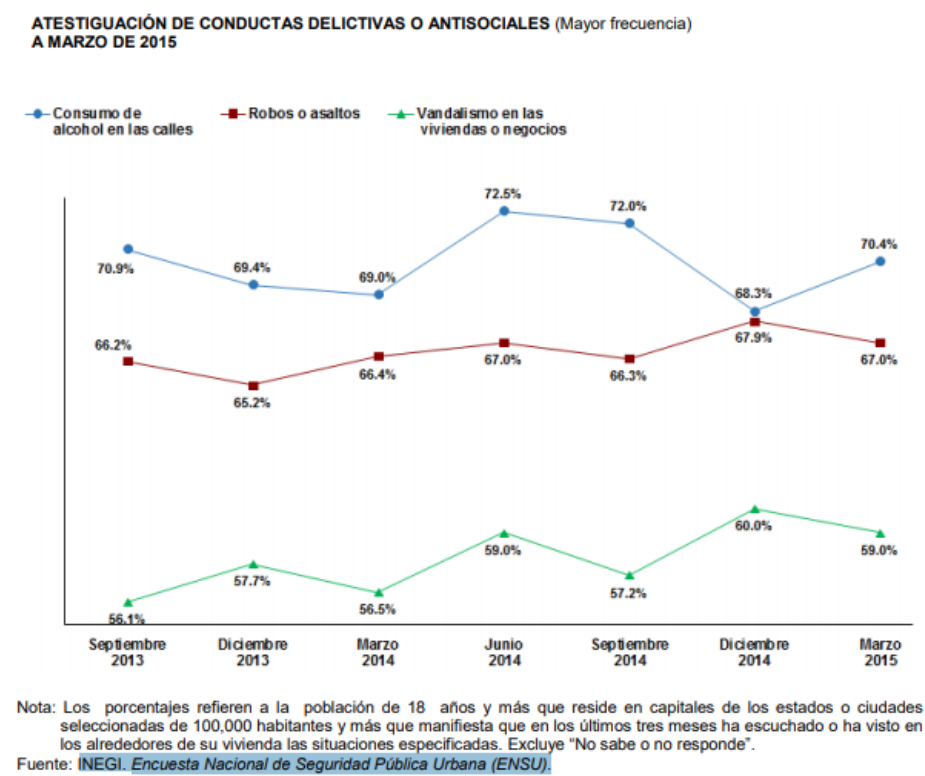


Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

El porcentaje más alto de las personas encuestadas, que afirman nunca ingerir alcohol es el de las mujeres que la mayor parte de su vida han laborado como amas de casa 85.9%, y el menor porcentaje de quienes dicen no consumir alcohol, son aquellos quienes la mayor parte de su vida activa laboral han sido funcionarios administrativos (26.2%). En todos los demás casos, quienes menos consumen alcohol son las amas de casa, y los que tienen los porcentajes más altos de consumo son las personas que han sido obreros calificados en la mayor parte del transcurso de su vida laboral. Lo preocupante del consumo de alcohol es que, de acuerdo con los estudios realizados por el INEGI, está

relacionado con los índices más altos de las personas que han sido observadas con conductas antisociales (ver figura número 3.34.).

Figura 3.34. Consumo de alcohol según INEGI en relación con índices personas con conductas antisociales



Cuadro 3.34. Frecuencia de ingesta de alcohol por los mayores y sus características sociodemográficas

Ingesta de bebidas alcohólicas							
Características sociodemográficas.		Frecuencia de ingesta de bebidas alcohólicas					Total %
		Diaria mente %	Algunos días a la semana %	Algunos días al mes %	Con menor frecuencia %	Nunca %	
Sexo	Varón	4.4	22.8	21.8	20.9	30.1	100.0
	Mujer	.9	5.6	6.8	9.4	77.4	100.0
Grupo de edad	60 a 74 años	1.6	14.3	13.7	15.5	55.0	100.0
	75 y más años	5.1	11.9	14.4	12.7	55.9	100.0
Estado civil	Casado	1.2	14.9	14.9	16.1	52.9	100.0
	Viudo	4.7	8.6	9.4	15.6	61.7	100.0
	Divorciado	2.6	15.4	17.9	10.3	53.8	100.0
	Soltero	4.0	24.0	20.0	8.0	44.0	100.0
	Otro	0.0	20.0	20.0	0.0	60.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	3.6	19.0	20.2	15.5	41.7	100.0
	Profesionista independiente	1.4	21.7	10.1	26.1	40.6	100.0
	Funcionario administrativo	4.8	21.4	26.2	21.4	26.2	100.0
	Ama de casa	0.0	1.3	4.7	8.1	85.9	100.0
	Obrero calificado	9.7	16.1	25.8	16.1	32.3	100.0
	Obrero no calificado	0.0	23.8	28.6	9.5	38.1	100.0
	Docente	7.1	28.6	21.4	7.1	35.7	100.0
	Otro	3.3	13.3	6.7	16.7	60.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	2.2	13.0	13.0	9.8	62.0	100.0
	Empleado(a) doméstico	6.9	13.8	10.3	10.3	58.6	100.0
	Labores del hogar	0.0	1.1	5.6	11.1	82.2	100.0
	Media jornada	0.0	24.6	14.0	26.3	35.1	100.0
	Jornada completa	5.8	17.4	27.5	10.1	39.1	100.0
	Pensionado	3.4	16.1	12.6	23.0	44.8	100.0
	Otros	0.0	14.3	21.4	7.1	57.1	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

4.7. Necesidad de ayuda para pasear en los espacios públicos al aire libre

En los países con poblaciones envejecidas, como es el caso de España, los adultos mayores son quienes hacen el mayor uso de los espacios verdes abiertos, la mayor parte de ellos lo hacen para ejercitarse, un menor número para pasear a su perro y otros para relajarse (Gómez, 2014). En América Latina el cambio se ha presentado de manera más drástica. Como resultado de esto, se ha generado un crecimiento desordenado de los grandes centros urbanos. El entorno se ha tornado agresivo, tanto si observamos el entorno social como el espacio construido. El espacio social está caracterizado por una serie de cambios, a los que difícilmente se pueden adaptar los adultos mayores, el alto número de pobladores inmigrantes, principalmente de los territorios circunvecinos, con costumbres propias y poco conocimiento del devenir de las grandes ciudades a las que emigran. Crea grandes aglomeraciones, que no se mueven de manera armónica entre sí. Por otro lado, el espacio construido resulta insuficiente para dar acogida a la población nueva. Un caso muy particular en el Área Metropolitana de Monterrey es ocasionado por un deficiente transporte urbano y el consecuente incremento excesivo de la cantidad de automóviles que circulan por sus calles. Muchos de estos vehículos son autos viejos, provenientes de Estados Unidos. Estos al ser adquiridos por personas con ingresos económicos bajos, sin posibilidades de brindar el mantenimiento adecuado a dichas unidades, vienen a generar contaminantes en cantidades y niveles, que están muy por encima de los adecuados para un medio ambiente sano para los seres humanos. Los daños generados a la salud de los seres humanos, se ve agudizado en las poblaciones vulnerables, principalmente las formadas por niños y adultos mayores. Esto impacta en la reducción de los efectos positivos que se generan al pasear en los entornos externos. Por otra parte, la acumulación de vehículos y la falta de rutas de circulación que tengan la capacidad requerida para un sano devenir de la población que comparte con los automóviles las calles y accesos a los distintos entornos existentes en las grandes urbes.

La dependencia y por ello la necesidad de ayuda de las personas de la tercera edad, se presenta mayormente a partir de los 80 años, edad en que gran parte de la población de la tercera edad, se ve en la necesidad de ser asistida en los quehaceres propios de las actividades cotidianas del hogar. Puesto que es mayor la población de mujeres que la de

hombres de la tercera edad y son éstos a quienes se ha confiado socialmente el cuidado del hogar, al llegar estas a la mayoría de edad, se pone en evidencia su necesidad de ser asistidas para atender su hogar conforme va aumentando su edad, no así los varones, que como usualmente no se hacían cargo de estas tareas, ya estaban en calidad de dependientes desde temprana edad, por lo cual no se evidencia su necesidad de ayuda para realizar las actividades propias del hogar (Yubero, 2009).

A continuación, los resultados que muestran las encuestas recabadas para esta tesis. En el cuadro 3.35., se muestra que los varones son quienes tienen mayor necesidad de utilizar bastón o silla de ruedas. Las mujeres en cambio son un mayor porcentaje respecto a los varones en la necesidad de ser asistidas en los entornos públicos por otras personas. Es costumbre en la sociedad del Área Metropolitana de Monterrey que las mujeres cuando incursionan en el entorno urbano lo hagan acompañadas por otras personas. El hombre suele pasear solo de manera más frecuente. Si analizamos la figura 3.35. notamos a simple vista: primero que son bajos los porcentajes de las personas encuestadas que requieren de ayuda para pasear en el entorno urbano. El más alto porcentaje está representado por quienes utilizan bastón y son varones (17%), el número de personas que utilizan silla de ruedas y que incursionan en el entorno urbano son únicamente un 3.9%, también varones. Como ya lo mencionamos, en el caso de quienes dicen tener la necesidad de ser asistidas por otras personas, el mayor porcentaje son mujeres (10.2%).

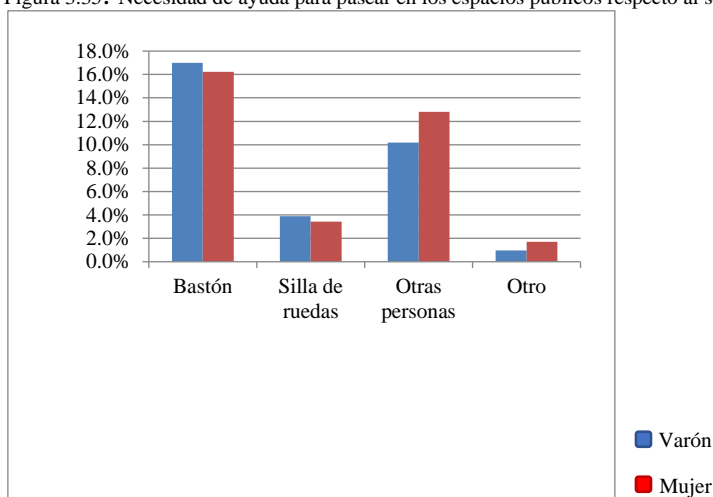
Cuadro 3.35. Necesidad de ayuda para pasear en los espacios públicos al aire libre respecto al sexo de los mayores

Necesidad de ayuda según el sexo				
Sexo	Bastón %	Silla de ruedas %	Otras personas %	Otro %
Varón	17.0	3.9	10.2	1.0
Mujer	16.2	3.4	12.8	1.7

*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.35. Necesidad de ayuda para pasear en los espacios públicos respecto al sexo de los mayores



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Los resultados obtenidos en las encuestas respecto al estado civil, las personas que presentan mayores problemas de dependencia, y quienes presentan mayor deterioro físico y emocional son los sujetos en estado de viudez (figura 3.36. y cuadro 3.36.). Les siguen los divorciados, para continuar con los casados. Pareciera que la soltería favorece la independencia pues muchos han aprendido desde la juventud a valerse por sí mismos.

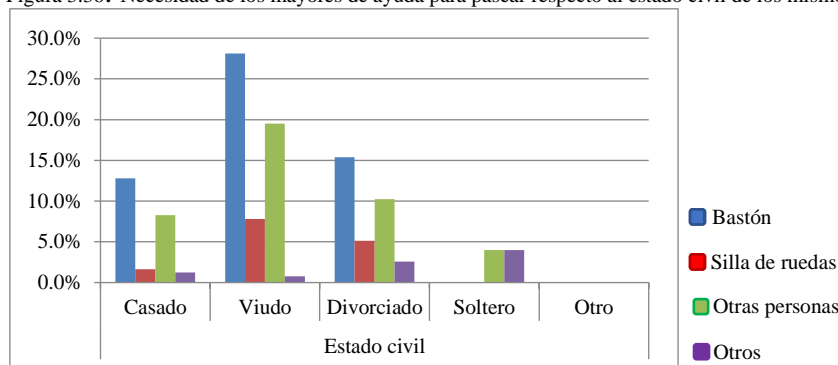
Cuadro 3.36. Necesidad de los mayores de ayuda para pasear respecto al estado civil de los mismos. 2017

Parámetro		Bastón %	Silla de ruedas %	Otras personas %	Otro %
Estado civil	Casado	12.8	1.7	8.3	1.2
	Viudo	28.1	7.8	19.5	.8
	Divorciado	15.4	5.1	10.3	2.6
	Soltero	0.0	0.0	4.0	4.0
	Otro	0.0	0.0	0.00	0.0

*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.36. Necesidad de los mayores de ayuda para pasear respecto al estado civil de los mismos. Monterrey 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

En el cuadro número 3.37, quienes mayormente recurren al uso de bastones son las personas que durante su vida laboral han ejercido labores como funcionario administrativo y quienes han tenido negocio propio (19% en ambos casos). Es notorio que la mayor parte de la población que utiliza silla de ruedas son los que han trabajado como obreros calificados, un 12.9% de las personas encuestadas. Llama la atención porque también los obreros son quienes están representados con los mayores porcentajes de consumo de alcohol y medicamentos. Sería interesante realizar estudios de como las actividades laborales, realizadas por los obreros, impactan de manera negativa, la salud de estos, al llegar a la tercera edad.

Cuadro 3.37. Los mayores, su necesidad de ayuda para pasear y la labor que ejercieron la mayor parte de sus vidas, Monterrey 2017

Necesidad de ayuda, respecto a profesión ejercida					
Parámetro		Bastón %	Silla de ruedas %	Otras personas %	Otro %
Ocupación	Negocio propio	19.0	2.4	9.5	2.4
	Profesionista independiente	15.9	4.3	8.7	0.0
	Funcionario administrativo	19.0	0.0	0.0	0.0
	Ama de casa	16.1	4.7	18.1	1.3
	Obrero calificado	16.1	12.9	9.7	0.0
	Obrero no calificado	9.5	0.0	14.3	4.8
	Docente	14.3	0.0	0.0	7.1
	Otro	16.7	0.0	13.3	0.0

*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Los individuos que trabajan ayudando en casa de manera remunerada, son quienes han dicho que tienen mayor necesidad de utilizar bastón cuando salen a pasear en la vía pública (34.5%) (Cuadro 3.38.). Las personas que no trabajan son quienes requieren mayormente ayuda de otros sujetos. Recordemos que en nuestra sociedad quienes dedicaron gran parte de su vida a las actividades del cuidado del hogar dicen que no trabajan, esto recordando que no tienen un empleo catalogado como actividad laboral.

Cuadro 3.38. Los mayores, su necesidad de ayuda para pasear y su actividad laboral actual, Monterrey 2017

Necesidad de ayuda respecto a actividad laboral actual					
		Bastón %	Silla de ruedas %	Otras personas %	Otro %
Laboralmente activo	No trabaja	21.7	6.5	22.8	2.2
	Empleado(a) doméstico	34.5	0.00	20.7	0.0
	Labores del hogar	16.7	2.2	12.2	0.0
	Media jornada	12.3	0.0	7.0	1.8
	Jornada completa	8.7	0.0	4.3	1.4
	Pensionado	17.2	8.0	5.7	0.0
	Otros	0.0	0.0	7.1	14.3

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

4.8. Acceso y uso de los espacios públicos al aire libre para los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey

La accesibilidad del entorno público urbano sigue siendo un reto para las sociedades modernas. Este gran reto se presenta en Latinoamérica a la par de otro que está íntimamente ligado a él: el envejecimiento poblacional. Por ser las personas de la tercera edad las implicadas, al ser un grupo vulnerable requiere de la apremiante atención de todas las instancias involucradas en ello. Desde el punto de vista político las personas mayores tienen derecho como ciudadanos a utilizar el espacio público, y es obligación de ellos cuidar de las responsabilidades que de sus actos en dichos entornos se presenten. Así mismo, es responsabilidad de las autoridades considerar a todos los grupos poblacionales y entre ellos al de las personas de 60 y más a la hora de tomar decisiones que afecten el uso del entorno público por parte de la población (Lladó, 2013).

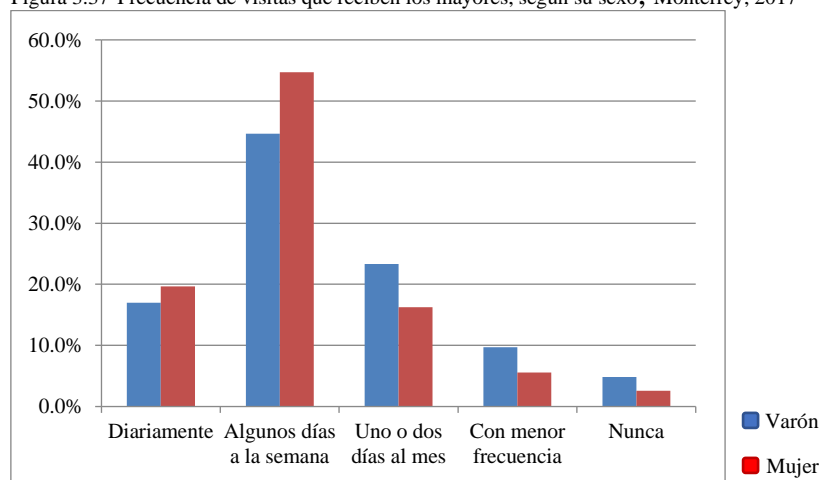
4.8.1 Frecuencia de visita a los adultos mayores por parte de sus familiares

Las personas mayores pueden caer en el abandono y en el peor de los casos en el aislamiento (Molero 2011). Existen dos tipos de entidades cuya presencia es importante para la salud mental y estabilidad emocional de las personas de la tercera edad: sus vecinos y amigos y sus parientes (Meléndez, 1998). Ambos elementos, familia y amigos se combinan. Por una parte, la familia es vital en momentos de crisis, pero para otros los amigos resultan un elemento fundamental en la integración a los cambios propios de esta edad. La presencia de ambos logra ser el elemento número uno en el bienestar de las personas de la tercera edad.

Entre los principales problemas para los adultos mayores destacan la soledad (59%), la salud (38%), el rechazo familiar (33%) y la marginación social (25%) (Meléndez, 1998, p. 62). En la figura número 3.37. muestra que las mujeres reciben visitas con mayor frecuencia que los varones. En los rubros en que las visitas se efectúan con mayor frecuencia: “algunos días a la semana” y “diariamente”, los porcentajes de la frecuencia de las visitas obtenidos en la encuesta son mayores en el caso de las mujeres, en los que las visitas se reciben con menor frecuencia: “uno o dos días al mes”, “con menor

frecuencia” o “nunca”, son mayores los porcentajes de varones que los de mujeres. Es también notable el hecho de que se percibe en esta gráfica que en el caso de las personas encuestadas, aquellas que nunca son visitadas, constituyen porcentajes muy bajos: 4.9% en el caso de los varones, y 2.6% en el de las mujeres (Ver cuadro 3.39). En lo referente a la edad en que son visitados los adultos mayores encuestados, mostraron que son mayormente visitados quienes forman parte del primer grupo de edad (60 a 74). Y la frecuencia de las visitas disminuye en las personas del grupo de 70 y más.

Figura 3.37 Frecuencia de visitas que reciben los mayores, según su sexo, Monterrey, 2017



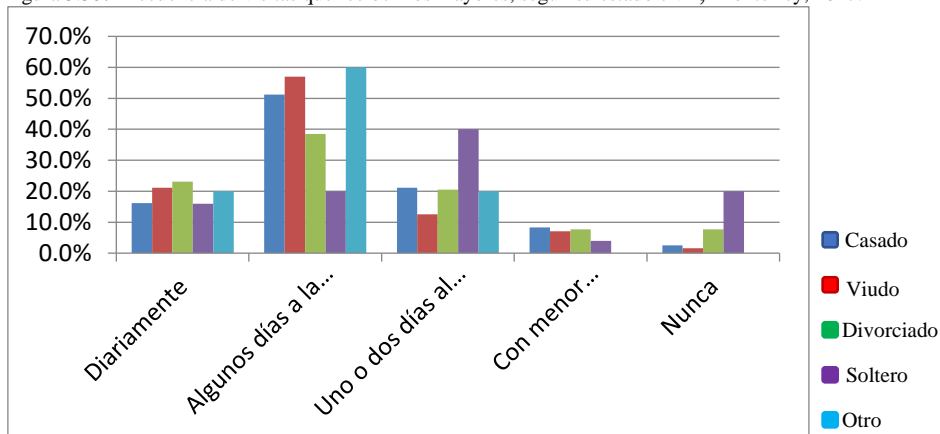
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

En la figura número 3.38. aunque el porcentaje de ausencia de visitas es bajo, el porcentaje más alto de quienes nunca reciben visitas está representado por los solteros (20%, cuadro número 3.39). También los mayores porcentajes de quienes dicen recibir visitas diariamente o algunos días a la semana son los viudos y los casados, para seguir con los divorciados y en estos rubros los que menor cantidad de visitantes reciben son los solteros (ver figura 3.38 y cuadro 3.39).

Las fluctuaciones en cuanto a las actividades laborales ejercidas durante la mayor parte de su vida no presentan fuertes contrastes. Las personas encuestadas que han tenido un negocio propio son quienes reciben el mayor porcentaje de visitas 58.3%, algunos días a la semana. El segundo lugar lo ocupan las amas de casa, el 57.7%. Les siguen los funcionarios públicos con un 42.9% y los profesionistas independientes con un 42% también algunos días en la semana (ver cuadro 3.39).

En cuanto a su actividad laboral actual este rubro no presenta grandes fluctuaciones en los porcentajes. Aquellos que permanecen mayor tiempo en su hogar, son quienes son visitados con mayor frecuencia, los que laboran media jornada 57.9%, los pensionados 51.7%, y quienes se dedican a las labores del hogar 53.3%.

Figura 3.38. Frecuencia de visitas que reciben los mayores, según su estado civil, Monterrey, 2017.



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.39. Los mayores, la frecuencia de visitas de sus familiares y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Frecuencia con que reciben visitas.							
Parámetros		Diariamente %	Algunos días a la semana %	Uno o dos días al mes %	Con menor frecuencia %	Nunca %	Total %
Sexo	Varón	17.0	44.7	23.3	9.7	4.9	100.0
	Mujer	19.7	54.7	16.2	5.6	2.6	100.0
Edad	60 a 74 años	16.8	53.7	17.4	7.8	3.7	100.0
	75 y más años	22.9	39.8	25.4	6.8	3.4	100.0
Estado civil	Casado	16.1	51.2	21.1	8.3	2.5	100.0
	Viudo	21.1	57.0	12.5	7.0	1.6	100.0
	Divorciado	23.1	38.5	20.5	7.7	7.7	100.0
	Soltero	16.0	20.0	40.0	4.0	20.0	100.0
	Otro	20.0	60.0	20.0	0.0	0.0	100.0
Ocupación laboral	Negocio propio	17.9	58.3	13.1	6.0	3.6	100.0
	Profesionista independiente	17.4	42.0	30.4	5.8	4.3	100.0
	Funcionario administrativo	9.5	42.9	23.8	14.3	9.5	100.0
	Ama de casa	19.5	57.7	15.4	4.7	1.3	100.0
	Obrero calificado	16.1	38.7	22.6	16.1	3.2	100.0
	Obrero no calificado	23.8	47.6	23.8	0.0	4.8	100.0
	Docente	21.4	42.9	21.4	14.3	0.0	100.0
	Otro	26.7	33.3	20.0	13.3	6.7	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	21.7	47.8	15.2	8.7	6.5	100.0
	Empleado(a) doméstico	34.5	41.4	6.9	3.4	10.3	100.0
	Labores del hogar	16.7	53.3	22.2	5.6	1.1	100.0
	Media jornada	14.0	57.9	19.3	5.3	1.8	100.0
	Jornada completa	10.1	40.6	33.3	13.0	2.9	100.0
	Pensionado	24.1	51.7	13.8	8.0	2.3	100.0
	Otros	0.0	64.3	21.4	0.0	7.1	100.0

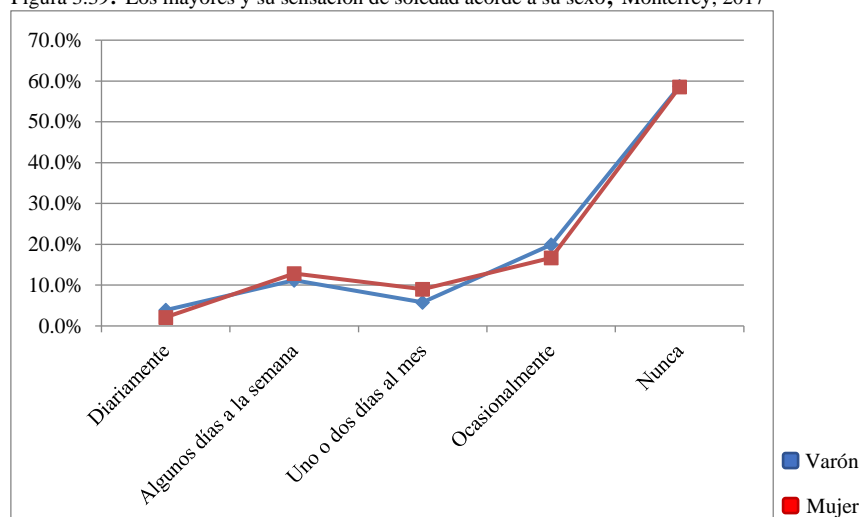
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

4.9. Sensación de soledad de los adultos mayores encuestados

La soledad y el aislamiento social son dos factores de riesgo social que tienen importantes implicaciones sobre la salud y el bienestar de las personas adultas mayores (García-Valdez et al., 2019). La sensación de soledad se alimenta, por una parte, por la sensación propia de insuficiencia para manejarse en el medio entorno, como se hacía en la juventud. Esta sensación cuando se une a la falta de soporte del entorno físico y social propio de la ciudad del Área Metropolitana de Monterrey desencadena en las personas mayores una sensación de indefensión cuando pretende hacer uso del entorno urbano. Así mismo la falta de conocimiento de la tecnología moderna y falta de programas y diseños de la misma apropiados para las personas de 60 y más ocasionan la sensación de fracaso cuando los medios tradicionalmente para gestionar trámites y adquirir o implementar conocimientos utilizados resultan inútiles para mantenerse al día en el mundo actual.

Ante los resultados del análisis estadístico de las encuestas (figura 3.39.), la sensación de soledad no presenta grandes diferencias de un sexo a otro. En esta gráfica se observa que el 58% de los varones y mujeres encuestados no se sienten solos (cuadro 3.40. y figura 3.39). El resto de la población está distribuido en los porcentajes de quienes se sienten solos ocasionalmente, unos días a la semana y uno o dos días al mes, para terminar en el menor de los porcentajes, que es aquel que representa a quienes se sienten solos diariamente (3.9% varones y 2.1% mujeres).

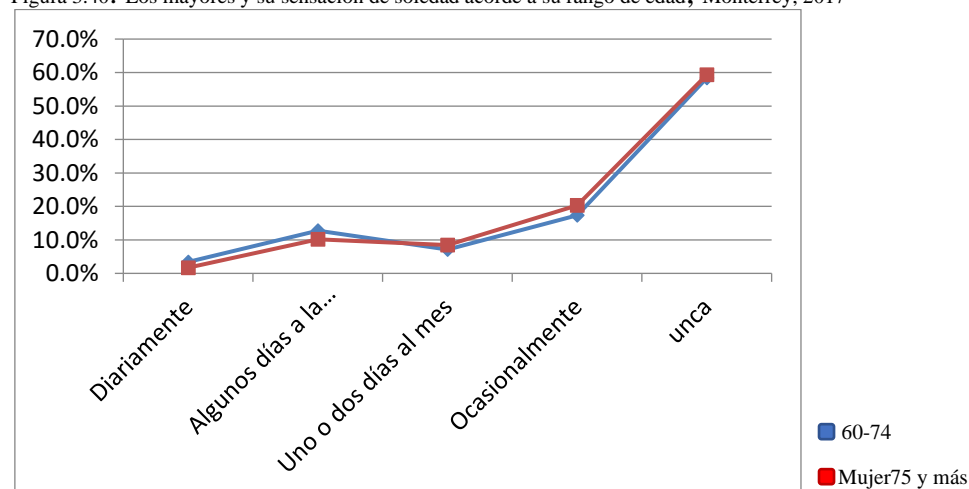
Figura 3.39. Los mayores y su sensación de soledad acorde a su sexo, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Respecto a los rangos de edad, la figura 3.40. muestra la misma situación que la anterior y no existe gran diferencia entre la soledad que presentan las personas encuestadas del primer rango de edad (60 a 74 años) y el de 75 y más.

Figura 3.40. Los mayores y su sensación de soledad acorde a su rango de edad, Monterrey, 2017

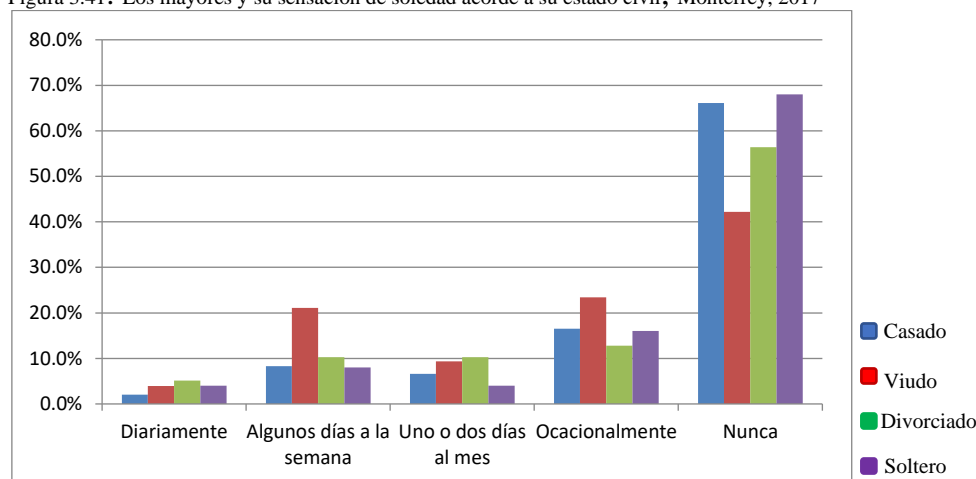


Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

La figura 3.41 muestra que el mayor porcentaje de los sujetos encuestados no sufren la sensación de soledad: las personas solteras (68%) y casadas (66.1%) son quienes porcentualmente muestran ser quienes nunca sufren la sensación de soledad (ver cuadro 3.40). Seguidos por los divorciados (56.4%) y por último las personas que menormente dicen nunca sentir soledad son los viudos (42.2%). Al igual que en el caso anterior, el

resto de la población se distribuye entre quienes se sienten solos ocasionalmente, unos días a la semana y uno o dos días al mes y quienes se sienten solos diariamente.

Figura 3.41. Los mayores y su sensación de soledad acorde a su estado civil, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

El cuadro 3.40 presenta un dato que de manera específica difiere del resto. La mitad (50%) de las personas que han laborado como docentes la mayor parte de sus vidas muestran una inusual sensación de soledad, que bien pudiera ser ocasionada por la pérdida de la interacción cotidiana que han tenido durante su etapa laboral con los alumnos, que se han encontrado a su cargo a través de los años. El 42.9 % del resto de quienes ejercieron esta profesión manifiestan nunca sentirse solos y 7.5% dicen sentirse solos unos días a la semana.

En cuanto a la sensación de soledad con respecto a si las personas encuestadas laboran o no en la actualidad, se observa en el cuadro 3.40 que quienes permanecen en su hogar son los que presentan mayor sensación de soledad: El 24% de los adultos mayores que se dedican a tender su casa dicen sentirse ocasionalmente solos, el 19.6% que no trabajan tienen la misma sensación y el 19.5% de los pensionados. Las personas que reconocen soledad en los otros rubros (diariamente, unos días a la semana o al mes) están representadas con cifras no significativas. Dentro del porcentaje de quienes dicen sentirse solos ocasionalmente se encuentran los mayores porcentajes de personas con sensación de soledad. Quienes están representados con el menor porcentaje de quienes sufren ocasionalmente soledad son las personas que laboran jornada completa de trabajo. Frente ello una opción a considerar para evitar esta desagradable experiencia es que se ocuparan

en lo posible laboralmente, puesto que la sensación de soledad puede provocar depresión y derivar en un rápido deterioro de las facultades mentales y físicas.

Cuadro 3.40. Los mayores y su sensación de soledad en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Parámetros		Sensación de soledad					Total
		Diariamente	Algunos días a la semana	Uno o dos días al mes	Ocasional_mente	Nunca	
Sexo	Varón	3.9	11.2	5.8	19.9	58.7	100.0
	Mujer	2.1	12.8	9.0	16.7	58.5	100.0
Edad	60 a 74 años	3.4	12.7	7.1	17.4	58.4	100.0
	75 y más años	1.7	10.2	8.5	20.3	59.3	100.0
Estado civil	Casado	2.1	8.3	6.6	16.5	66.1	100.0
	Viudo	3.9	21.1	9.4	23.4	42.2	100.0
	Divorciado	5.1	10.3	10.3	12.8	56.4	100.0
	Soltero	4.0	8.0	4.0	16.0	68.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	2.4	14.3	9.5	11.9	59.5	100.0
	Profesionista independiente	7.2	7.2	4.3	15.9	63.8	100.0
	Funcionario administrativo	0.0	16.7	4.8	19.0	59.5	100.0
	Ama de casa	2.0	13.4	10.7	18.8	55.0	100.0
	Obrero calificado	9.7	6.5	3.2	12.9	67.7	100.0
	Obrero no calificado	0.0	19.0	4.8	28.6	47.6	100.0
	Docente	0.0	7.1	0.0	50.0	42.9	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	5.4	16.3	6.5	19.6	52.2	100.0
	Empleado(a) doméstico	3.4	13.8	10.3	13.8	58.6	100.0
	Labores del hogar	1.1	12.2	10.0	24.4	52.2	100.0
	Media jornada	3.5	7.0	7.0	17.5	63.2	100.0
	Jornada completa	1.4	15.9	4.3	10.1	66.7	100.0
	Pensionado	1.1	8.0	6.9	19.5	64.4	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

4.10. Años viviendo en el barrio para los adultos mayores

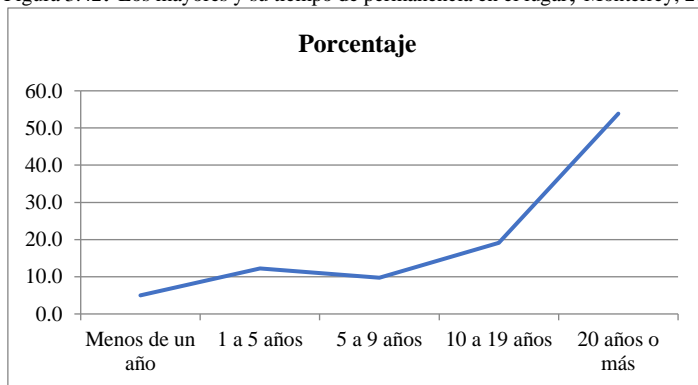
En las encuestas realizadas para esta tesis, la mayor parte de los encuestados, un 53.9%, tienen al menos 20 años viviendo en el mismo lugar. Esto pudiera ser algo muy positivo de acuerdo con lo que hemos mencionado en los párrafos anteriores. Sin embargo, son notorias las carencias del entorno en lo que respecta a seguridad, desinformación sobre el entorno urbano y la constitución física-social del mismo. Las personas que tienen menos de un año viviendo en su barrio son únicamente un 5% de la población encuestada (ver cuadro 3.41. y figura 3.42.).

Cuadro 3.41. Los mayores y su tiempo de permanencia en el lugar, Monterrey, 2017

Tiempo de permanencia en el lugar	Porcentaje %
Menos de un año	5.0
1 a 5 años	12.3
5 a 9 años	9.8
10 a 19 años	19.1
20 años o más	53.9
Total	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.42. Los mayores y su tiempo de permanencia en el lugar, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

Frente a los dos grupos de edad del cuadro número 3.42., se observa que las variaciones del grupo de 60 a 74, no muestran grandes variaciones con respecto al de 75 y más. El número más reducido dentro de ambos grupos de edad es el de las personas

que han vivido menos de un año en el lugar de su residencia actual. Una vez más se corrobora que el porcentaje de personas que han vivido 20 años o más en el mismo barrio exceden al 50%. Y como ya se ha visto es altamente positiva la permanencia en el lugar, las personas responsables de generar las políticas que definen los cambios en el ambiente físico-social del lugar como convocar la opinión de los adultos mayores a fin de recabar su punto de vista respecto a los cambios que deben hacerse en los barrios en que habitan. Así mismo, las personas de 60 y más podrían ser partícipes del contenido informativo que se dirige hacia las personas de la tercera edad, e incluso ser voceros de este respecto a los cambios que se generan en los espacios públicos al aire libre de sus barrios.

Desde el punto de vista del estado civil de los adultos mayores encuestados, la situación que se percibe es la misma que en lo referente a la edad y sexo de los participantes. La mayor parte de ellos, de acuerdo con el cuadro 3.42., han permanecido en su barrio durante más de 20 años. Lo más relevante en torno al estado civil de los de 60 y más, es que son los que más permanecen en su barrio (61.7%) y el menor porcentaje de quienes han permanecido en su mismo barrio, lo constituyen el grupo de divorciados. Y aun así el 33.3% de estos últimos ha permanecido en su barrio por más de 20 años.

Las personas que la mayor parte de su vida, han laborado como obreros calificados son el mayor porcentaje (67.7%), seguidos por las amas de casa que son el 65.1%. En todos los casos el mayor porcentaje de los adultos mayores han permanecido en su barrio por 20 años o más (ver cuadro 3.42.). Lo mismo sucede respecto a si las personas continúan laborando en la actualidad. Los mayores porcentajes están representando a quienes han vivido por más de 20 años en el mismo lugar. Siendo los mayores de estos porcentajes los de las personas que se dedican actualmente a atender su casa 62.25% y los que están pensionados. 60.9%. (Ver cuadro 3.42.).

Cuadro 3.42. Los mayores y su permanencia en el lugar, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Parámetro		Años viviendo en la misma colonia					Total %
		Menos de un año %	1 a 5 años %	5 a 9 años %	10 a 19 años %	20 años o más %	
Sexo	Varón	5.3	16.5	11.2	22.3	44.7	100.0
	Mujer	4.7	8.5	8.5	16.2	62.0	100.0
Edad	60 a 74 años	6.2	11.8	8.4	20.5	53.1	100.0
	75 y más años	1.7	13.6	13.6	15.3	55.9	100.0
Estado civil	Casado	5.0	10.3	10.3%	21.5	52.9	100.0
	Viudo	2.3	11.7	7.0	17.2	61.7	100.0
	Divorciado	15.4	15.4	23.1%	12.8	33.3	100.0
	Soltero	4.0	32.0	0.00	20.0	44.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	9.5	13.1	4.8	20.2	52.4	100.0
	Profesionista independiente	2.9	18.8	20.3	23.2	34.8	100.0
	Funcionario administrativo	4.8	19.0	2.4	28.6	45.2	100.0
	Ama de casa	2.0	8.1	8.7	16.1	65.1	100.0
	Obrero calificado	6.5	6.5	6.5	12.9	67.7	100.0
	Obrero no calificado	4.8	28.6	9.5	28.6	28.6	100.0
	Docente	0.0	7.1	35.7	21.4	35.7	100.0
	Otro	13.3	3.3	6.7	6.7	70.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	8.7	14.1	10.9	8.7	57.6	100.0
	Empleado(a) doméstico	3.4	27.6	10.3	10.3	48.3	100.0
	Labores del hogar	3.3	4.4	4.4	25.6	62.2	100.0
	Media jornada	1.8	19.3	12.3	24.6	42.1	100.0
	Jornada completa	7.2	17.4	11.6	23.2	40.6	100.0
	Pensionado	2.3	5.7	11.5	19.5	60.9	100.0
	Otros	14.3	7.1	0.00	21.4	57.1	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

4.11. La calidad de vida en el barrio

El término calidad de vida resulta adecuado para definir la manera en que las personas de la tercera edad perciben el lugar en que viven. Este término se refiere no solo al ambiente físico construido o natural, sino a todos aquellos factores: ruido, olores, orden seguridad, accesibilidad, calidad del aire, trato social e interacción intergeneracional, y todos aquellos elementos del entorno que definen el bienestar físico, mental y espiritual de las personas.

En el campo de la experiencia humana existen factores tales como la privacidad dentro de la vivienda, la posibilidad de utilizar las instalaciones del barrio para tener tiempo libre y de ocio, la seguridad e independencia de las casas que habitan, el grado en que en el barrio estén satisfechas las necesidades de la población de 60 y más, el apoyo que las personas de la tercera edad reciben de quienes habitan en el barrio, así como la forma en que son tratadas por sus vecinos (Fadda, 2009). Desde el enfoque social, es muy importante el uso de las redes sociales, para estar bien informados del devenir del barrio y recibir apoyo de los residentes de este en caso necesario.

Resulta importante para los mayores de edad sentir que tienen poder de participación en los quehaceres y decisiones que se toman en los barrios que habitan. Otro factor que tiene alta incidencia en la sensación de bienestar de los adultos de 60 y más es la sensación de seguridad. Ante las contingencias que pudieran presentarse en caso de desastres naturales las autoridades juegan un papel importante en este rubro, ya que deben brindar a la ciudadanía los elementos necesarios para estar oportunamente informados en caso de cualquier incidente climático, así como de proveer lo necesario para hacer frente a las contingencias que se presentan por este motivo.

El entorno físico construido debe presentar una serie de características: la limpieza de los parques y jardines de la localidad y el mantenimiento oportuno de su infraestructura, así como de las banquetas, calles, pasos peatonales y sistemas de señalamiento. La iluminación juega un papel determinante en el uso que de los espacios públicos al aire libre hacen los adultos mayores, muchos de los accidentes que ocurren a causa de las caídas sufridas por las personas de la tercera edad son provocados por una

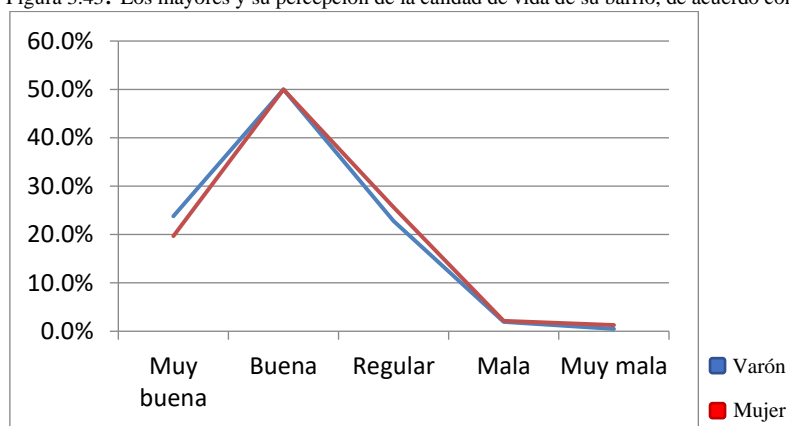
iluminación deficiente, lo mismo en el hogar que en los espacios públicos al aire libre. Para los adultos mayores, sobre todo para aquellos que tienen mayor edad, resulta imprescindible el uso frecuente de servicios sanitarios. El drenaje pluvial en el Área Metropolitana de Monterrey debiera ser prioritario para quienes gobiernan la ciudad. La exigencia de su implementación queda en manos de los desarrolladores urbanos, quienes tienen siempre a su alcance los medios para evadir estas responsabilidades. También, el clima extremo del Área Metropolitana de Monterrey requiere de una supervisión eficaz de los canales de drenaje pluvial, a fin de que el saldo de vidas y económico resultante de los incidentes ocasionados por la lluvia en la región dejen de provocar los grandes problemas que ocasionan.

A pesar de la falta de mantenimiento que muestra la mayor parte de la infraestructura urbana del Área Metropolitana de Monterrey, en la opinión de la mayor parte de las personas encuestadas la percepción de la calidad de vida en su barrio es “muy buena” (ver figura 3.43.). El 50% de los varones y mujeres piensan que se vive bien en sus barrios. El 23.8% de los varones y el 19.7% de las mujeres respondieron que la calidad de vida en su barrio es “muy buena”. 22.8% de los hombres piensan que la vida en su barrio es calificable como “regular” y 25.6% de las mujeres piensan lo mismo. Los porcentajes de respuestas negativas son mínimos: 1.9 % de los varones y 2.1% de las mujeres opinan que se vive mal en sus barrios y las personas que eligieron la opción “muy mala”, fueron únicamente .5% de los varones y 1.3% de las mujeres (ver cuadro 3.43.).

En lo que respecta a la percepción de la calidad de vida en sus barrios, de las personas que tienen entre 60 y 74 años y quienes tienen 75 y más no muestra diferencias significativas y al igual que en el caso de la diferenciación por sexos, la mayor parte opinan que la calidad de vida en sus barrios es buena, aunque no muy buena. Lo mismo sucede con los demás parámetros utilizados para evaluar la variable de calidad de vida en el barrio, la mayor parte de las personas encuestadas piensan que la calidad de vida en los barrios en que habitan en el Área Metropolitana de Monterrey es buena. El 27.7% de los casados y el 25.6% de los divorciados, piensan que la calidad de vida es muy buena, aunque únicamente el 9.4% de quienes tienen esta opinión son viudos. El 68% de los solteros piensan que la calidad de vida es buena, y solo el 24% de los mismos opinan que es regular.

En cuanto a la perspectiva de las personas de acuerdo con su profesión, quienes tienen la mejor opinión de sus barrios son los que la mayor parte de sus vidas laboraron en actividades docentes: el 42.9% piensan que es muy buena y el 50% que es buena. Los mayores porcentajes de quienes opinan que es regular son quienes ejercieron el oficio de obreros. Los porcentajes de quienes tienen una opinión negativa (mala o muy mala) acerca de la calidad de vida de los barrios en que habitan son poco significativos. A nivel internacional la ciudad del Área Metropolitana de Monterrey se ubica en el lugar 110 de entre las mejores calificadas, mientras la Ciudad de México ocupa el lugar número 128 siendo ambas las mejor calificadas en el país. El ámbito político, los servicios públicos, particularmente el servicio de transporte y las entidades de salud son los que determinan principalmente que esta valoración no sea más alta en ambas ciudades (Mata, 2017).

Figura 3.43. Los mayores y su percepción de la calidad de vida de su barrio, de acuerdo con su sexo, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.43. Los mayores y la percepción de vida en su colonia, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Parámetros		Como siente la vida en la colonia					Total %
		Muy buena %	Buena %	Regular %	Mala %	Muy mala %	
Sexo	Varón	23.8	50.0	22.8	1.9	.5	100.0
	Mujer	19.7	50.0	25.6	2.1	1.3	100.0
Edad	60 a 74 años	22.0	48.4	24.5	2.2	1.2	100.0
	75 y más años	20.3	54.2	23.7	1.7	0.0	100.0
Estado civil	Casado	27.7	46.3	23.6	1.2	.8	100.0
	Viudo	9.4	54.7	27.3	4.7	1.6	100.0
	Divorciado	25.6	48.7	23.1	0.0	0.0	100.0
	Soltero	8.0	68.0	24.0	0.0	0.0	100.0
	Otro	60.0	40.0	0.0	0.0	0.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	25.0	48.8	20.2	1.2	2.4	100.0
	Profesionista independiente	27.5	55.1	13.0	1.4	0.0	100.0
	Funcionario administrativo	19.0	59.	21.4	0.0	0.0	100.0
	Ama de casa	15.4	49.0	30.9	3.4	1.3	100.0
	Obrero calificado	25.8	29.0	38.7	3.2	0.0	100.0
	Obrero no calificado	9.5	52.4	38.1	0.0	0.0	100.0
	Docente	42.9	50.0	7.1	0.0	0.0	100.0
	Otro	26.7	53.3	16.7	3.3	0.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	25.0	47.8	25.0	2.2	0.0	100.0
	Empleado(a) doméstico	10.3	55.2	27.6	0.0	6.9	100.0
	Labores del hogar	17.8	50.0	28.9	1.1	1.1	100.0
	Media jornada	22.8	54.4	15.8	5.3	0.00	100.0
	Jornada completa	20.3	50.7	24.6	2.9	1.4	100.0
	Pensionado	26.4	48.3	21.8	1.1	0.0	100.0
	Otros	21.4	42.9	28.6	0.0	0.0	100.0

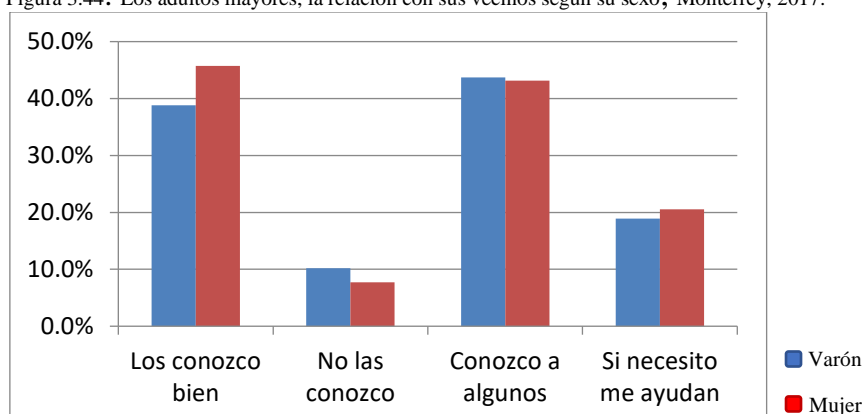
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

4.12. La relación con los vecinos

El apoyo de las redes sociales es más necesario en la etapa de vida de las personas de la tercera edad por consabido deterioro físico y económico propio de esta edad y también porque debido a la pérdida de su pareja, amigos y familiares, que se enfatiza en esta edad. El contar con el apoyo de los miembros de la comunidad se convierte para los de 60 y más en algo muypreciado (Guzmán, 2003). Debido a los cambios que han ocurrido en la estructura laboral, la mujer que fue tradicionalmente la encargada de atender a los mayores en el hogar ha tenido que abandonar esta posición a fin de integrarse al mercado laboral. Por este motivo y por la tendencia al envejecimiento demográfico es prudente estudiar, proponer e implementar sistemas de apoyo que suplan esta ausencia en el hogar.

Los resultados de las encuestas indican que en el Área Metropolitana de Monterrey la mayor parte de los adultos mayores conocen al menos a algunos de sus vecinos (figura 3.44. y el cuadro 3.44). Sin embargo, también se muestra cómo no todos dicen contar con la ayuda de estos. Son más las mujeres que conocen a sus vecinos (45.7%) en comparación con el 38.8% de los varones. De ellos únicamente el 20.5% de las mujeres y el 18.9% de los hombres creen contar con la ayuda de sus vecinos. Esto representa poco menos de la mitad de quienes dicen conocerlos. Es importante frente a estos datos el llevar campañas de concientización de la ciudadanía, a fin de que entiendan la situación de los mayores y que cambien la manera de percibir a las personas de la tercera edad.

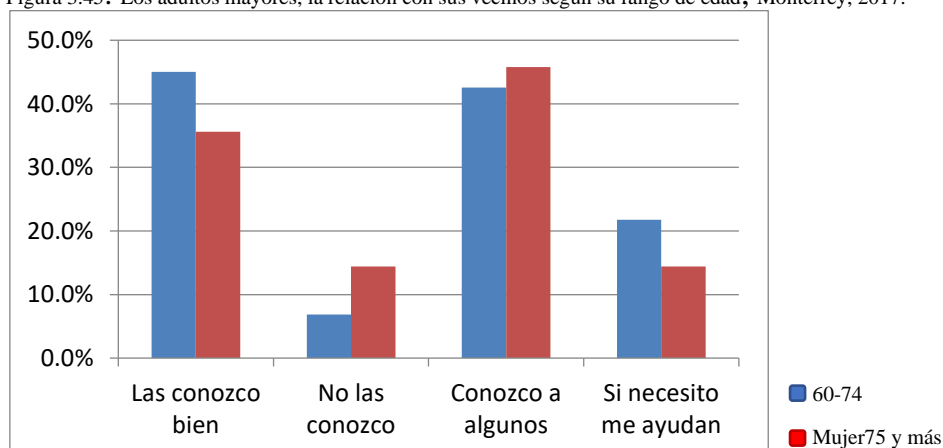
Figura 3.44. Los adultos mayores, la relación con sus vecinos según su sexo, Monterrey, 2017.



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

En la actualidad el cambio de las estructuras sociales ha implicado el fomento de la cultura de apoyo entre vecinos ha cobrado mayor importancia. En la figura 3.45 y el cuadro 3.44 quedan en evidencia algunos hechos a considerar, primero el que las personas de 60 a 74 años, son quienes sienten que conocen más personas, 45%, en cambio los de 75 y más son solo un 35%. Además, únicamente la mitad de ellos, 21.7% en el caso de los del grupo de 60 a 74 y 14.4% de los de 75 y más, sienten que cuentan con el apoyo de sus vecinos en caso de necesitarlo. Otro hecho que se evidencia en la tabla 3.44 y la figura 3.45 es el de que las personas que sienten que si necesitan ayuda contarían con ella, son menos los que más lo necesitarían, que son las personas de 75 y más, 21.7 % que son los de 60 a 74 años son quienes dicen contar con ayuda de sus vecinos en caso de necesitarlo, únicamente 14.4% de las personas que tienen 75 y más, creen que recibirían ayuda en caso necesario.

Figura 3.45. Los adultos mayores, la relación con sus vecinos según su rango de edad, Monterrey, 2017.



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

En lo referente a el estado civil de las personas encuestadas y su relación con los vecinos, las personas casadas conocen mejor a sus vecinos, 43.8% y el mismo porcentaje de viudos. Las personas solteras les siguen en proporción un 36%, y los que menos conocen a sus vecinos son las personas divorciadas 33.3%. En este enfoque se evidencia que menos de la mitad de quienes conocen a sus vecinos creen poder contar con ellos en caso de necesidad. Las personas viudas que dicen contar con el apoyo de sus vecinos en caso necesario son el 21.1%, seguidos por el 20.7% de los casados, el 17.9% de los divorciados y un 12% son los solteros. Con respecto a la ocupación laboral que han ejercido la mayor parte de sus vidas, y la manera en que esto se relaciona con la forma en que las personas mayores perciben a sus vecinos: el 51% de las amas de casa son quienes

conocen mejor a sus vecinos, seguidas por quienes tienen negocio propio, de estos últimos el 46.4% dicen conocer bien a sus vecinos y un 40.5% conocen a algunos. Pero únicamente un 22.6% creen que recibirían ayuda de ellos en caso de necesitarlo. El 52.2% de los profesionistas independientes dicen conocer a algunos de sus vecinos y un 33.3% dicen que los conocen bien, pero únicamente un 11.6% piensan que recibirían ayuda de ellos en caso de requerirlo. Aunque los que han laborado como funcionarios administrativos, conocen menos a sus vecinos, ya que 35.7% los conocen bien y 42.9% conocen a algunos de sus vecinos, el 26.2% es decir un poco más de la mitad, piensan que recibirían ayuda en caso de necesitarla, por parte de sus vecinos. Las personas que se han dedicado a las labores docentes son quienes más cuentan con la ayuda de las personas que viven en su barrio en caso de tener alguna necesidad, 28.6% de los docentes encuestados conocen bien a sus vecinos, el 50% conocen a algunos y el 42.9% recibirían ayuda de sus vecinos en caso de requerirlo (ver cuadro 3.44).

Cuadro 3.44. Los adultos mayores su relación con sus vecinos y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Relación con las personas de su barrio					
Parámetros		Los conozco bien %	No las conozco %	Conozco a algunos %	Si necesito me ayudan %
Sexo	Varón	38.8	10.2	43.7	18.9
	Mujer	45.7	7.7	43.2	20.5
Edad	60 a 74 años	45.0	6.8	42.5	21.7
	75 y más años	35.6	14.4	45.8	14.4
Estado civil	casado	43.8	9.5	43.0	20.7
	viudo	43.8	8.6	41.4	21.1
	divorciado	33.3	10.3	46.2	17.9
	soltero	36.0	4.0	52.0	12.0
Ocupación	Negocio propio	46.4	6.0	40.5	22.6
	Profesionista independiente	33.3	11.6	52.2	11.6
	Funcionario administrativo	35.7	9.5	42.9	26.2
	Ama de casa	51.0	8.1	36.9	20.8
	Obrero calificado	38.7	0.0	51.6	16.1
	Obrero no calificado	28.6	28.6	42.9	4.8
	Docente	28.6	14.3	50.0	42.9
Laboralmente activo	No trabaja	50.0	12.0	29.3	18.5
	Empleado(a) doméstico	37.9	13.8	41.4	17.2
	Labores del hogar	52.2	3.3	43.3	23.3
	Media jornada	45.6	12.3	35.1	21.1
	Jornada completa	30.4	11.6	55.1	17.4
	Pensionado	33.3	5.7	56.3	19.5

*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

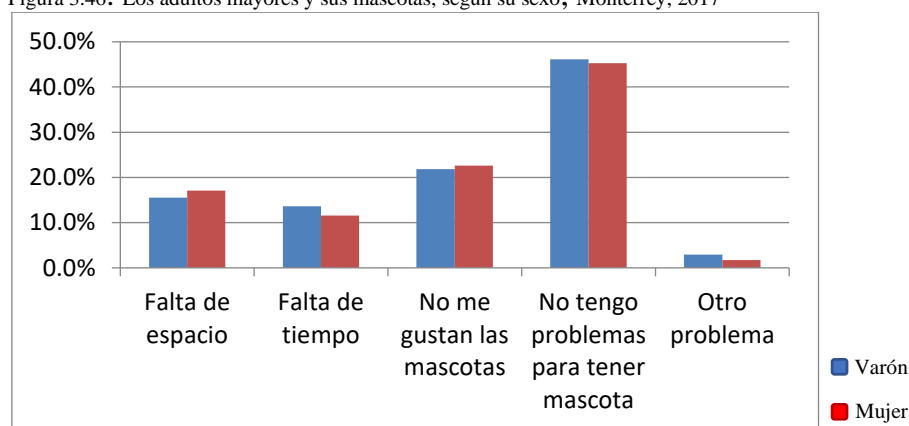
4.13. Los adultos mayores y sus mascotas

Las personas mayores se ven agraciadas al poseer una mascota. Uno de los grandes beneficios es el hacer sentir a los mayores útiles, al requerir de sus atenciones y cuidados. Para muchas personas de la tercera edad, pasear a su mascota es el principal motivador para deambular cerca de casa. Aparte de eso, muchas mascotas, principalmente los perros y los gatos, que son los que más viven como mascotas en las ciudades, son una agradable compañía para los de 60 y más. La disminución de algunos problemas psicológicos, como el estrés, soledad y tristeza, suelen ser aliviados de manera efectiva por la compañía de las mascotas. Los animales tienen una capacidad para el perdón y el amor incondicional excepcionales y este lazo se hace más fuerte en la tercera edad, incluso se han hecho diversos experimentos para dar terapia asistida con animales (Signes, 2003). En un clima de inseguridad social como el que se vive en el Área Metropolitana de Monterrey, la compañía de un perro deriva en tranquilidad para las personas con quienes viven.

También está demostrado que la presencia e interacción (con los perros en particular), afecta de manera positiva en algunas reacciones fisiológicas, como lo demostró Friedmann (1983). También se han hecho estudios que han demostrado que reducen la cantidad y calidad de respuestas agresivas en los centros geriátricos, como acelera la recuperación de afecciones coronarias (Bustad, 1997). En la figura número 3.46, correspondiente al cuadro número 3.45, se visualiza con claridad que no existen grandes diferencias en la aceptación de una mascota en el hogar de acuerdo con el sexo de los mayores, asimismo se observa que los porcentajes más altos, 46.1% de varones y 45.3% de mujeres, no tienen problemas para tener mascotas en casa. Proporcionalmente los porcentajes de hombres: 21.8% y 22.6% de mujeres son la mitad de quienes dicen no tener problemas para tener mascotas en casa. Se observa que no existe mucha diferencia entre las personas que no les gusta tener mascotas y que se encuentran en el grupo de edad de 60 a 74 y quienes tienen 75 y más, con la excepción de quienes dicen no gustarles tener mascotas, en este último caso las personas del grupo de 75 y más son 27.1%, en comparación con el 20.5% de quienes tienen entre 60 y 74 años (ver cuadro 3.45). Con respecto a su estado civil se visualiza en el cuadro 37, que aquellos quienes tienen mayores problemas para tener mascotas han permanecido solteros hasta la tercera edad. Los casados 19% sienten que no tienen espacio suficiente para tener mascotas, el 14.8%

corresponde a los viudos, y 10.3% de quienes están divorciados y finalmente de los solteros únicamente el 8%, piensan que no tienen espacio para tener mascotas. En cambio, los solteros son el mayor porcentaje (32%) de quienes argumentan que no tienen mascotas por falta de tiempo, seguidos por los divorciados que son un 20.5%, los viudos un 13.3% y quienes cuentan con mayor cantidad de tiempo para atender a sus mascotas son los casados, únicamente un 9.1% de estos últimos dicen no tener tiempo para tener mascotas. Los mayores porcentajes de quienes dicen no tener problemas para tener mascotas son los casados y los divorciados (46.7% y 42.6% respectivamente), los viudos son un porcentaje muy similar, 45.3% y el menor porcentaje de quienes dicen no tener problemas para tener mascotas en sus hogares, son los solteros, 36% (ver cuadro 3.45).

Figura 3.46. Los adultos mayores y sus mascotas, según su sexo, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

El 20.1% de las amas de casa dicen no tener espacio para tener mascotas, pero únicamente el 9.4% de las amas de casa dicen no tener tiempo para atender a sus mascotas. Un 25% de ellas no les gusta tener mascotas y un 42.3% dicen no tener problemas para tener mascotas en su hogar. El 52.4% de las personas que tienen negocio propio, dicen no tener problemas para tener mascotas, al 11.9% no le gustan las mascotas, el 20.2% no tienen tiempo para atenderlas y el 13.1% no tienen espacio en sus hogares para las mascotas. Al 14.3% de los funcionarios administrativos les falta espacio en sus hogares para tener mascotas, al 19% les falta tiempo, a otro 19% no les gustan, pero el 45.2% no tienen problemas para tener mascotas. El mayor porcentaje, el 57.1%, de quienes dicen no tener problemas para tener mascotas son los que han ejercido la profesión de docentes durante su etapa laboral activa. Podemos ver en la tabla 38 que los mayores porcentajes de las personas de la tercera edad no tienen problemas para tener mascotas en casa.

El mayor porcentaje de quienes no trabajan 46.7%, dicen no tener problemas para tener mascotas y solo a un 8.7% les falta tiempo para cuidarlos, al 21.7% de quienes no trabajan no les gusta tener mascotas en casa y al 18.5% les falta espacio. A quienes mayormente les falta espacio son al 18.8% de quienes laboran jornada completa. Al 20.7% de quienes trabajan ayudando en casa, son el mayor porcentaje de quienes no tienen tiempo para tener mascotas. Y únicamente el 5.5% de quienes están pensionados dicen no tener tiempo para atender mascotas en su hogar. Los pensionados son quienes tienen el mayor porcentaje, 25.3%, de quienes no les gustan las mascotas y 15.5% de quienes no les gustan tener mascotas, son quienes trabajan jornada completa. El 49.4% son el porcentaje más alto y representa a los pensionados que dicen no tener problemas para tener mascotas. El menor porcentaje de quienes afirman no tener problemas para tener mascotas, el 40.4%, son quienes laboran media jornada. Como se puede apreciar en el cuadro número 3.45, los porcentajes de quienes dicen no tener problemas para tener mascotas en sus hogares son los mayores porcentajes en todos los casos fluctúan entre el 40.4% y el 49.4%. Dados los beneficios que conlleva para los adultos mayores el tener mascotas en su hogar, debiera darse mayor difusión a los beneficios de tenerlas, entre los de 60 y más. Sobre todo, dado el índice de inseguridad que ha ido creciendo en el Área Metropolitana de Monterrey, ya que los perros en particular representan una mayor seguridad para las personas de la tercera edad, ya sea porque los alertan acerca de la presencia de extraños en los alrededores de sus hogares, como porque salen en su defensa en caso de ser atacados.

Cuadro 3.45. Las características sociodemográficas de los adultos mayores, respecto a las mascotas, Monterrey, 2017

Parámetros		Dificultad para tener mascotas					Total %
		Falta de espacio %	Falta de tiempo %	No me gustan las mascotas %	No tengo problemas para tener mascota %	Otro problema %	
Sexo	Varón	15.5	13.6	21.8	46.1	2.9	100.0
	Mujer	17.1	11.5	22.6	45.3	1.7	100.0
Edad	60 a 74 años	17.7	12.7	20.5	46.6	1.2	100.0
	75 y más años	12.7	11.9	27.1	43.2	5.1	100.0
Estado civil	Casado	19.0	9.1	22.3	46.7	2.1	100.0
	Viudo	14.8	13.3	21.9	45.3	3.9	100.0
	Divorciado	10.3	20.5	20.5	46.2	0.0	100.0
	Soltero	8.0	32.0	24.0	36.0	0.0	100.0
	Otro	20.0	0.0	40.0	40.0	0.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	13.1	20.2	11.9	52.4	1.2	100.0
	Profesionista independiente	15.9	11.6	20.3	43.5	5.8	100.0
	Funcionario administrativo	14.3	19.0	19.0	45.2	2.4	100.0
	Ama de casa	20.1	9.4	25.5	42.3	2.0	100.0
	Obrero calificado	12.9	9.7	29.0	45.2	3.2	100.0
	Obrero no calificado	19.0	9.5	28.6	42.9	0.0	100.0
	Docente	14.3	7.1	21.4	57.1	0.0	100.0
	Otro	13.3	6.7	33.3	46.7	0.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	18.5	8.7	21.7	46.7	3.3	100.0
	Empleado(a) doméstico	10.3	20.7	20.7	41.4	3.4	100.0
	Labores del hogar	15.6	8.9	25.6	48.9	1.1	100.0
	Media jornada	14.0	21.1	21.1	40.4	1.8	100.0
	Jornada completa	18.8	23.2	14.5	43.5	0.0	100.0
	Pensionado	14.9	5.7	25.3	49.4	4.6	100.0
	Otros	21.4	0.0	28.6	42.9	0.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Capítulo V: Actividades cotidianas en el espacio público

5.1. Introducción

La pérdida paulatina de las capacidades motrices durante la tercera edad desencadena una serie de temores en los usuarios de 60 y más respecto a la utilización de los espacios públicos al aire libre. Los facilitadores que existen en los espacios públicos al aire libre propician que los adultos mayores puedan incursionar en ellos con mayor frecuencia a fin de realizar sus actividades cotidianas, como pasear, ir de compras, realizar trámites y visitas o acudir a los centros de salud y asistencia social. (Eronen 2013). Para realizar diseños adecuados de infraestructura urbana como cruces peatonales, señalización, cordones de banquetas, texturas de las áreas peatonales, acceso y ubicación de los lugares para tener acceso a los transportes públicos urbanos, lugares de descanso o de resguardo en las vías públicas, servicios sanitarios a los cuales tener la oportunidad de acudir en caso necesario o teléfonos de emergencia, es funcional tomar las decisiones de diseño que coincidan con las características de las personas de la tercera edad (Satarino, 2010). De hecho, si se diseña tomando en cuenta las características de los mayores y de los demás grupos vulnerables de la sociedad, niños, mujeres embarazadas y personas con capacidades diferentes, el diseño resultará aún más cómodo para el resto de la población. La distribución de las áreas en los espacios públicos al aire libre, definidas en consonancia con las capacidades de la tercera edad, determina la propensión a caminar de las personas mayores y estimulan sus actividades sociales, su salud mental y física.

La movilidad, accesibilidad y seguridad determinan el envejecimiento activo (Wretstrand, 2009). La accesibilidad además se asocia con muchos otros factores como el clima, que en el Área Metropolitana de Monterrey resulta extremo. El riesgo de insolación ante un clima muy caluroso y que dura cerca de ocho meses del año, hace casi imposible el pasear en exteriores, aún para la población joven activa. En este caso la presencia de resguardos para protegerse del sol y bebederos para prevenir la deshidratación en los espacios públicos al aire libre es determinante sobre todo para las personas que pertenecen a los grupos vulnerables. Desde el punto de vista social, la presencia de los mayores en

los espacios públicos contribuye a la interacción generacional y a la sensación de inclusión que tienen los de 60 y más, respecto a sus barrios.

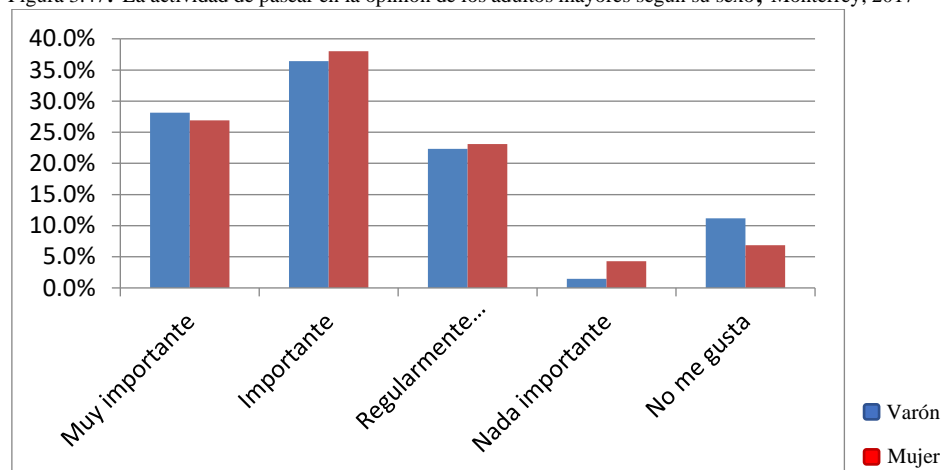
5.2. Lo que opinan los adultos mayores de pasear

Uno de los aspectos a que deben enfrentar las personas mayores es la soledad. La sociedad y en particular los medios de comunicación han estigmatizado la soledad, siendo que cuando es por deseo propio, es un síntoma de bienestar mental y madurez. En este aspecto el vivir en soledad es una opción para los mayores. Existen dos tipos de soledad: la objetiva, que es resultado del aislamiento y la subjetiva que es una sensación que no siempre concuerda con la realidad. (Bermejo 2014). Las personas que sufren de soledad subjetiva se sienten solas, aunque estén rodeadas de personas. Esta sensación se origina a partir de la pérdida paulatina de los seres queridos y se agudiza en la tercera edad. Otro de los factores que ha minusvalorado nuestra sociedad es la presencia de espacios verdes en los entornos urbanos y está demostrado que los entornos verdes funcionan como sanitizantes del aire en las grandes ciudades, estimulan el intercambio social y disminuyen la violencia. (Sugiyama, 2008). También, está confirmado que la interacción de las personas con los espacios verdes disminuye la presión arterial y ayuda a la recuperación de las cirugías y padecimientos cardíacos ambos, padecimientos propios de la tercera edad, por lo cual es sugerida la asistencia en los espacios públicos verdes a fin de mejorar la salud de los adultos mayores.

Una de las variables del cuestionario de esta tesis, enfoca el interés que los adultos mayores del Área Metropolitana de Monterrey tienen respecto a pasear. En la figura número 3.47 y el cuadro número 3.46, se observa a simple vista que para el mayor porcentaje de las personas es muy importante salir a pasear, aunque las características físico-sociales del entorno urbano del Área Metropolitana de Monterrey no facilitan el caminar para la población en general y de forma particular para las personas de la tercera edad y los integrantes de los demás grupos vulnerables. La falta de higiene y de mantenimiento en general resulta muy evidente, y el grado de inseguridad aparte de ser alarmante sigue incrementándose y el trato social que reciben las personas de la tercera edad en esta ciudad es excluyente. El 38% de las mujeres y el 36.4% de los varones

consideran que salir a pasear es importante. El 26.9% de las mujeres y el 28.2% de los hombres lo consideran “muy importante”. 23.1% de las mujeres y 22.3% de los varones lo consideran regularmente importante. Esto significa que más del 60% de la población de ambos sexos, considera que de alguna manera es importante pasear. Existe un porcentaje muy bajo de quienes consideran nada importante pasear en el caso de los varones es de 1.5% y en el de las mujeres 4.3%. Existe también un pequeño porcentaje de personas a quienes no les gusta pasear: el 11.2% de los varones encuestados y el 6.8% de las mujeres. Pasear es la manera más común y económica de incrementar los niveles de actividad en los adultos mayores (USDHHS, US Department of Health and Human Services, 1996; DFT, Department for Transport, 2002).

Figura 3.47. La actividad de pasear en la opinión de los adultos mayores según su sexo, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Por otra parte, en el cuadro número 3.46. las personas que consideran “muy importante” el salir a pasear son el 28% en mayores de 74 años y el 23.3% son sujetos de 60 a 74. Quienes lo considera importante son 39.4% siendo personas de 60 a 74 los ahí agrupados y 31.4% de los de 75 y más. Los porcentajes de quienes los consideran nada importante son muy bajos: 2.2% de los de 60 a 74 a un 5.1% de 75 y más años. Para quienes es más importante salir a pasear es para los grupos de los casados y solteros, repartiendo los porcentajes en 32% solteros, 30% casados, 30.8% divorciados y un 19.5% de viudos. Son mayores las cifras que consideran que es importante, pero no muy importante salir a pasear: de casados un 41.3%, viudos 32.8% y solteros 40%. Únicamente en el caso de los divorciados este número decrece a 28.2%.

Otro de los factores que determina el uso de los parques y las áreas para pasear es la constitución de estos. Las partes que constituyen un parque están determinadas por árboles, se tiende a hacer un uso más pasivo de los mismos, mientras que en aquellos que los espacios públicos al aire libre están definidos por corredores internos se efectúan mayor número de actividades grupales, como realizar juegos al aire libre (Golicnik, 2010). En ambos casos los espacios públicos al aire libre resultan favorables para las personas mayores, el uso pasivo resulta bastante favorable para los paseantes solitarios y las actividades grupales fomentan las actividades intergeneracionales y fortalecen los lazos de amistad entre los vecinos. Igualmente, si se estudia a la población desde el punto de vista de su quehacer laboral, se observa que la mayoría considera importante, pero no muy importante salir a pasear.

Las personas que tienen negocio propio, en porcentajes muy semejantes le dan importancia a la actividad de salir a pasear ya sea muy importante: 27.4%, importante: 29.8% (son la mayoría de ellos), y 28.6% lo consideran regularmente importante. 11.9% dicen que no les gusta y únicamente el 1.2% afirman que no es importante. De la población que han sido profesionistas independientes, durante su etapa laboral un 39.1% consideran que es importante pasear, 36.2% que es muy importante, 11.6% que es regularmente importante y 1.2% son quienes opinan que no es importante. En los funcionarios administrativos se encuentra el más alto de los porcentajes de personas que opinan que es importante pasear, ya que el 52.4% opinan que es “importante” pasear, entre las amas de casa un 38.3% piensan que es importante, un 20.8% que es “muy importante”. El porcentaje de amas de casa que considera que pasear no es importante es únicamente un 5.4% del total de ellas. Los porcentajes que se presentan de quienes han laborado como obreros, ya sea calificados o no calificados, fluctúa de manera muy similar a los anteriores. Las diferencias se acentúan en quienes han ejercido el magisterio: el 50% de estos últimos piensan que es importante, y en este rubro se encuentran quienes son el mayor porcentaje que piensan que es “muy importante con el 42.9%. Al 7.1% no le gusta salir a pasear y los demás apartados están representados con 0% (ver el cuadro 3.46.).

Muchos de los adultos mayores deben utilizar bastón, andador o silla de ruedas. La pérdida de movilidad es uno de los problemas que más preocupa les frustra. En las actividades de ocio existen diferencias según la etapa de la edad (Rodríguez, 2006). El

primer cambio significativo en los hábitos de ocio se da en el del cambio de la niñez a la adolescencia, el segundo cuando los adolescentes pasan a la edad adulta, ambos implican procesos paulatinos y de aprendizaje, el tercero se da principalmente a la edad de la jubilación, cuando las personas se enfrentan a que el tiempo que dedicaban al trabajo, durante la mayor parte de su vida, esto es de 8 a 10 horas diarias, de forma inmediata se encuentran vacías.

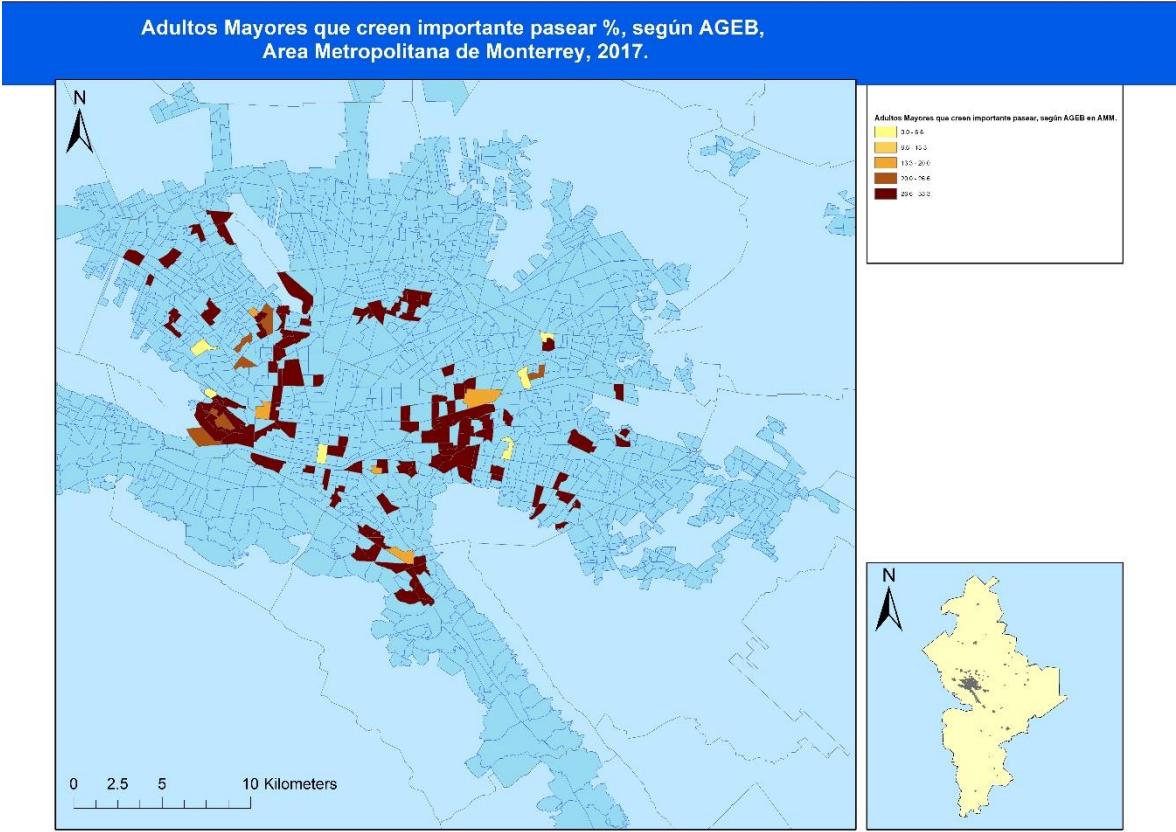
Aunque los gobiernos de muchos países que cuentan con poblaciones envejecidas han estudiado la posibilidad de una jubilación paulatina o voluntaria, en la actualidad resulta difícil para la mayor parte de los que se jubilan el encontrar con qué llenar su tiempo libre. Los mayores porcentajes de quienes que es muy importante pasear son las persona que no trabajan con un 30.4% y quienes trabajan jornada completa que son el 34.8%, las personas que consideran importante pasear son mayormente los trabajan media jornada, el 45.6% y los que ayudan en casa 41.4%. El porcentaje de quienes lo reconocen regularmente importante son el 28.9% de los que atienden la casa y el porcentaje de los que sostienen que es nada importante son el 5.8% de quienes trabajan jornada completa (ver cuadro 3.36. y las figuras 3.48. y 3.49.).

Cuadro 3.46. La actividad de pasear en la opinión de los adultos mayores según su sexo en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Parámetros		¿Cree que es importante salir a pasear?					Total %
		Muy importante %	Importante %	Regularmente importante %	Nada importante %	No me gusta %	
Sexo	Varón	28.2	36.4	22.3	1.5	11.2	100.0
	Mujer	26.9	38.0	23.1	4.3	6.8	100.0
Edad	60 a 74 años	27.3	39.4	19.9	2.2	10.2	100.0
	75 y más años	28.0	31.4	30.5	5.1	5.1	100.0
Estado civil	Casado	30.2	41.3	18.2	2.9	7.4	100.0
	Viudo	19.5	32.8	29.7	3.9	13.3	100.0
	Divorciado	30.8	28.2	28.2	2.6	7.7	100.0
	Soltero	32.0	40.0	24.0	0.0	4.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	27.4	29.8	28.6	1.2	11.9	100.0
	Profesionista independiente	36.2	39.1	11.6	2.9	10.1	100.0
	Funcionario administrativo	26.2	52.4	16.7	2.4	2.4	100.0
	Ama de casa	20.8	38.3	28.9	5.4	6.7	100.0
	Obrero calificado	22.6	32.3	25.8	3.2	12.9	100.0
	Obrero no calificado	19.0	33.3	19.0	0.0	23.8	100.0
	Docente	42.9	50.0	0.00	0.0	7.1	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	30.4	34.8	19.6	4.3	10.9	100.0
	Empleado(a) doméstico	13.8	41.4	24.1	0.0	17.2	100.0
	Labores del hogar	23.3	38.9	28.9	3.3	4.4	100.0
	Media jornada	29.8	45.6	15.8	1.	7.0	100.0
	Jornada completa	34.8	29.0	21.7	5.8	8.7	100.0
	Pensionado	28.7	42.5	18.4	1.1	9.2	100.0

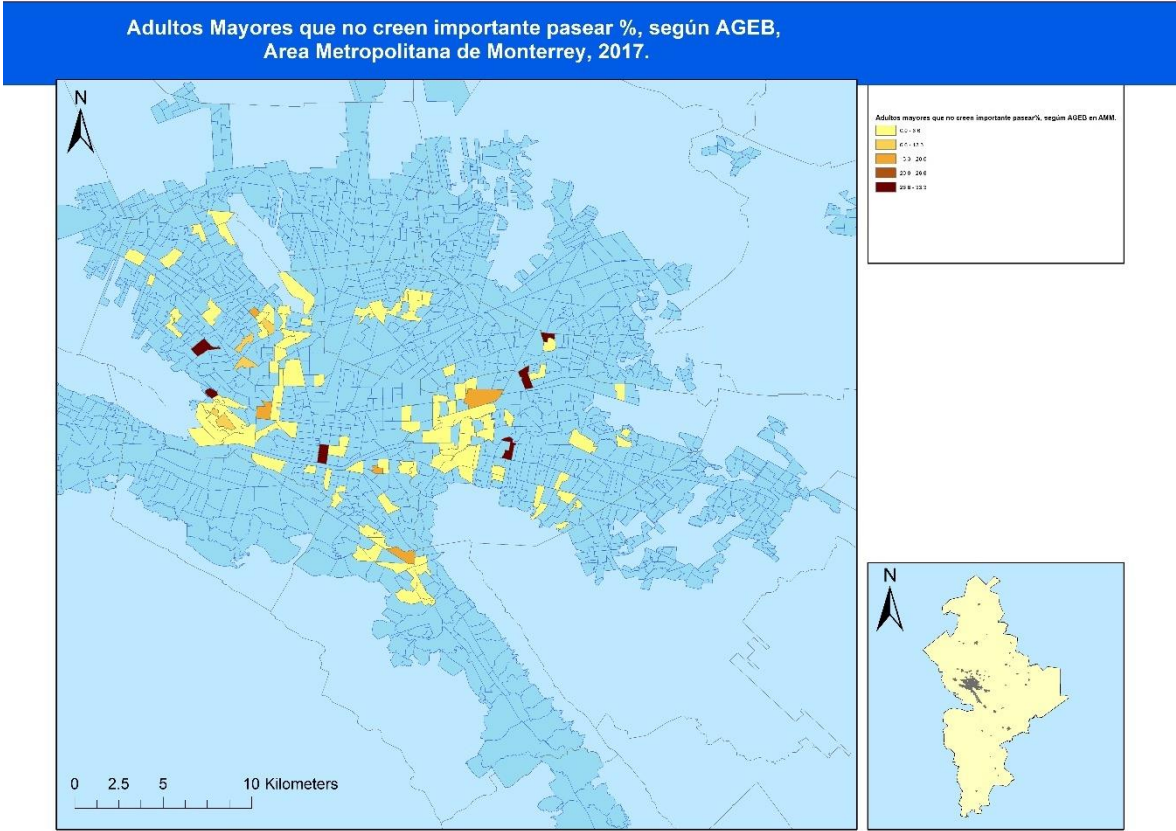
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

Figura 3.48. Porcentaje de adultos mayores que consideran importante pasear, por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.49. Porcentaje de adultos mayores que no consideran importante pasear, por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

5.3. Los principales motivadores de los adultos mayores para pasear en su barrio

Los beneficios de realizar actividades físicas en la tercera edad son significativos (Alen, 2010). Sin embargo, los motivadores para no seguir realizando las actividades físicas prescritas son múltiples, algunos están relacionados con la salud o de tipo biológico, como el deterioro óseo y la falta de condición física. Además, los problemas observados por los psicológicos y sociólogos acerca de que la mayoría de los adultos mayores fueron educados para pensar que las actividades físicas de la tercera se disminuyen solo por llegar a este rango de edad. Existe también el problema de la adecuación del entorno de la falta de apoyo social para realizar este tipo de actividades. Sin embargo, son tantos los beneficios, como la reducción de los casos de deceso por problemas cardiovasculares, disminución de problemas de osteoartritis, osteoporosis, demencia senil, diabetes, algunos tipos de cáncer entre otros.

La OMS recomienda mantener a las personas mayores activas, utilizar su experiencia para tomar decisiones y ayudar en la formación de los miembros de la sociedad, mantener a las personas de la tercera edad como líderes de proyecto y utilizar la capacidad para cuidar a otros que se desarrolla con la edad (OMS, 2007). Si las personas mayores no se conservan saludables les es imposible contribuir de manera activa con la sociedad de que forman parte, por lo cual debe fomentarse el envejecimiento activo y desarrollar los motivadores necesarios para mantener a las personas de la tercera edad físicamente activas y participando de manera inclusiva en la comunidad de su barrio.

Los adultos mayores se enfrentan a un complejo sistema de elementos que los excluyen de la sociedad urbana actual (Castel, 1992). La ausencia de condiciones que propicien sus actividades laborales, el no tener al alcance lo necesario para cubrir sus necesidades económica en conjunto con el deterioro de la vinculación con su comunidad y la consecuente afección de su afectividad la cual además de ver sus capacidades deterioradas, sufren la pérdida de seres queridos con mayor frecuencia que en otras etapas de su vida lo que les hace asumir un estado de indefensión, que históricamente le ha sido asignado en la sociedad actual. El lograr un ambiente inclusivo social y físicamente en las sociedades urbanas actuales es para muchos, una necesidad.

Las personas adultas deben encontrar motivadores para incursionar e integrarse al medio urbano exterior, y localizar elementos inclusivos en los sistemas socio-urbanos actuales. La diferencia entre los motivadores que son útiles a hombres y mujeres no es muy grande. En la Figura 3.50., en ambos casos se busca la distracción como principal excusa para incursionar dando un paseo en la ciudad, el 56% de las mujeres y el 53.4% de los hombres respondieron que la búsqueda de distracción es el principal motivo que tienen para salir a pasear. En segundo lugar, el 31.1% de los varones y el 35% de las mujeres, respondieron que su motivo para pasear es pasar tiempo con su familia. Un 17% de varones y 22.6% de mujeres salen a pasear para hacer ejercicio. 13.1% de los varones y 15.4% de las mujeres lo hacen para convivir con sus amigos. Por último, el 15% de los hombres y el 12.8% de las mujeres salen a pasear para sacar a sus mascotas a caminar. Es en este último caso en el que el motivador es más utilizado por los varones que por las mujeres (cuadro 3.47.). Son más, el 57.6% los sujetos de 75 y más que buscan distraerse como motivo para pasear, el 53.7% son de menos 74 o menos años. El mayor porcentaje 39% de quienes acostumbran a pasear para convivir con la familia son personas de 74 y más, el 31% son de menores de 74. Es mayor el porcentaje de personas de 60 a 74 que se ven motivadas por el ejercicio para salir a pasear son un 21.4%, en cambio quienes tienen 75 y más son únicamente un 16.1%. También son más, 15.5% los que pasean a sus mascotas cuando salen a pasear, y únicamente 9.3% tienen 75 y más.

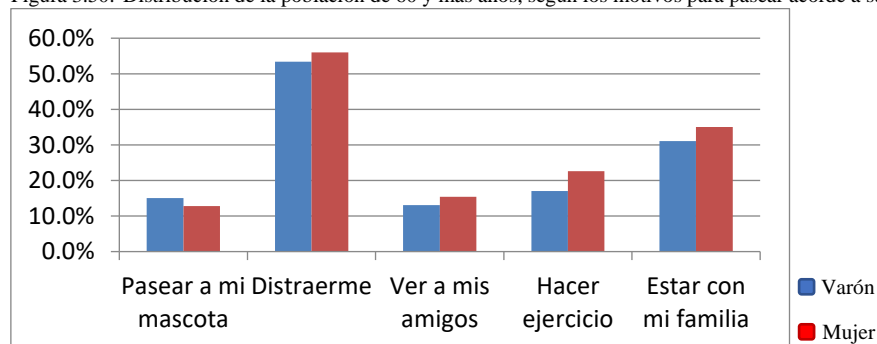
Entre los motivadores que tienen los adultos mayores para salir a pasear en sus barrios, se detecta un dato interesante: quienes mayormente salen a pasear para distraerse, son los que han permanecido solteras a lo largo de su vida, son el 80%. Un 4% de quienes se encuentran en este estado civil lo hacen por pasear a su mascota y un 8% por ver a sus amigos, hacer ejercicio y estar con la familia. Los casados, viudos y divorciados, presentan un patrón de conducta parecido, el mayor porcentaje salen a pasear para distraerse, seguidos por quienes salen a pasear con la familia, luego para ejercitarse y por último para los que salen para ver a sus amigos o pasear a su mascota.

El porcentaje de quienes han tenido negocio propio como actividad laboral la mayor parte de sus vidas, un 39.3% salen a pasear para distraerse y, al igual que en todas las actividades laborales este es el principal distractor, siendo el porcentaje más alto de quienes pasean para distraerse el de los funcionarios administrativos: 69%. Los que más

salen para pasear a sus mascotas son un 23% de los que tienen negocio propio y el porcentaje más bajo es el de los obreros calificados, un 3.2% quienes salen a pasear con sus mascotas. Un 42.9% de los docentes lo hacen para convivir con sus familias o para distraerse, el 35.7% de ellos para ejercitarse. De las amas de casa únicamente el 9.4% pasean a sus mascotas (Ver cuadro 3.47.).

Sin importar cuál sea su actividad laboral actual, o si los adultos mayores se encuentran laboralmente activos, en general todos tienen como principal motivo para salir a pasear la búsqueda de distracción, lo cual indica que lo más importante para los adultos mayores es encontrar en qué ocupar su tiempo y su mente. El segundo motivador lo constituye el pasear con la familia. También esto resulta significativo sin importar su estado laboral actual, todos tienen necesidad de compañía. Lo que menos motiva a quienes no trabajan es ver a sus amigos: 13%, al igual que a quienes ayudan en casa que son el 0%. Lo que menos motiva a quienes atienden la casa es pasear a su mascota, únicamente el 12.2%. Lo que menos interesa a quienes trabajan media jornada es ver a sus amigos: solo el 8.8% sale a pasear por este motivo. Una explicación pudiera ser que quienes son considerados como sus amigos son los trabajan con ellos, lo cual indica que el fomentar más la interacción entre jubilados, con la intención de perpetuar este tipo de relaciones sociales sería un ideal. Por otro lado, quienes laboran jornada completa el 13% salen a pasear para ver a sus amigos. En cambio, lo que menos motiva a los pensionados es pasear a sus mascotas (ver cuadro 3.47.).

Figura 3.50. Distribución de la población de 60 y más años, según los motivos para pasear acorde a su sexo, Monterrey, 2017



*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.47. Distribución de la población de 60 y más años, según los motivos para pasear y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Parámetros		Motivos para pasear					
		Pasear a mi mascota %	Distraerme %	Ver a mis amigos %	Hacer ejercicio %	Estar con mi familia %	Otros %
Sexo	Varón	15.0	53.4	13.1	17.0	31.1	4.4
	Mujer	12.8	56.0	15.4	22.6	35.0	4.7
Edad	60 a 74 años	15.5	53.7	14.9	21.4	31.1	4.3
	75 y más años	9.3	57.6	12.7	16.1	39.0	5.1
Estado civil	Casado	16.9	55.0	15.7	25.6	37.2	4.5
	Viudo	10.2	53.1	12.5	10.9	31.3	4.7
	Divorciado	12.8	41.0	12.8	23.1	35.9	5.1
	Soltero	4.0	80.0	8.0	8.0	8.0	0.0
Ocupación	Negocio propio	23.8	39.3	13.1	15.5	29.8	6.0
	Profesionista independiente	18.8	65.2	11.6	24.6	40.6	4.3
	Funcionario administrativo	19.0	69.0	9.5	23.8	19.0	4.8
	Ama de casa	9.4	55.0	16.8	20.1	38.3	4.0
	Obrero calificado	3.2	58.1	29.0	12.9	25.8	6.5
	Obrero no calificado	4.8	57.1	0.0	19.0	14.3	0.00
	Docente	21.4	42.9	28.6	35.7	42.9	0.0
Laboralmente activo	No trabaja	14.1	46.7	13.0	16.3	27.2	7.6
	Empleado(a) doméstico	17.2	44.8	0.0	20.7	37.9	3.4
	Labores del hogar	12.2	58.9	21.1	20.0	35.6	4.4
	Media jornada	15.8	61.4	8.8	24.6	29.8	1.8
	Jornada completa	18.8	47.8	13.0	20.3	40.6	5.8
	Pensionada	10.3	63.2	17.2	23.0	33.3	1.1
	Otros	7.1	57.1	21.4	7.1	21.4	14.3

*Pregunta multirrespuesta

Fue Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

5.4. Frecuencia con que los adultos mayores pasean en su barrio

Está demostrado que el ejercicio físico continuado en los mayores de edad mantiene los niveles de masa corporal magra, conserva en buen estado las articulaciones y huesos además de contribuir a mantener la fuerza en las personas de la tercera edad (Heredia, 2006). El ejercicio físico es una actividad que debe realizarse de forma ordenada, deliberada, repetida y siguiendo un plan previsto y asesorado por quienes saben de la materia. El ejercicio debe realizarse no únicamente como un método de rehabilitación, sino como un medio para conservar y mejorar las condiciones físicas de los mayores de edad. Al llegar a esta edad, es adecuado practicar ejercicios que requieran de flexibilidad, coordinación destreza y resistencia y tratar de evitar los que exigen velocidad y fuerza.

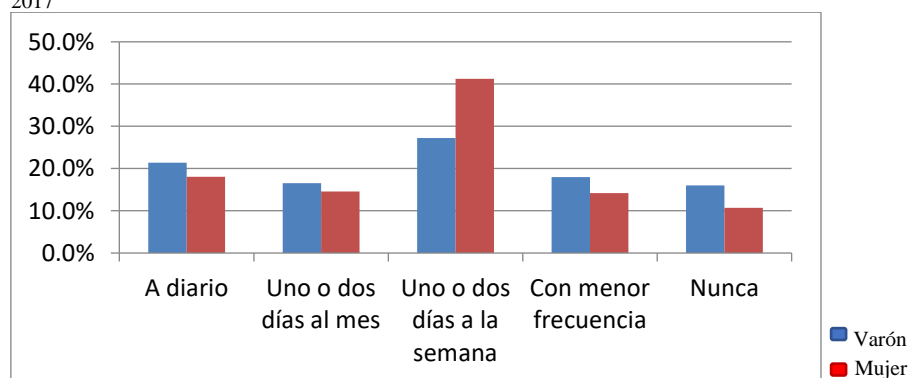
En las figuras 3.51, 3.52 y 3.53. se percibe que la mayoría de los adultos mayores encuestados no se ejercitan con la debida frecuencia. Aunque pudiera ocurrir que el ejercicio se estuviera realizando con otros métodos que no sea el pasear, este método está considerado como el que se utiliza con mayor frecuencia por los de 60 y más, así como es el más económico, por lo que resulta poco probable que los encuestados en general se estén dedicando a realizar actividad física de otras formas. En la tabla número 3.40, es mayor la presencia de varones, un 21.4%, frente a las mujeres, 18%, que se ejercitan a diario, y que la mayoría, tanto hombre 27.2% y 41.2% de mujeres se ejercitan 1 o 2 días a la semana. Un gran porcentaje de adultos mayores que habitan en el Área Metropolitana de Monterrey, el 50% de los varones, tienen una actividad física casi simbólica o no la tienen. De este 50%, 16.5% realizan ejercicio uno o 2 días al mes, 18% lo hacen con menor frecuencia y el 16% nunca. En las mujeres esta tendencia es menor, pues disminuye a 39.5% las que realizan ejercicio con una frecuencia nula o poco significativa. De este 39.5%, 14.6% practican ejercicio una o dos veces al mes, 14.2% lo hacen con menor frecuencia y 10.7% nunca realizan ejercicio.

Desde la perspectiva del grupo de edad al que pertenecen los grupos de edad, el primero de 60 a 74 y el segundo de 75 y más los resultados de la encuesta que se ha aplicado para realizar la investigación en esta tesis muestran que la edad no determina en mucho a la cantidad de ejercicio que se realiza y que la mayor parte de los que hacen ejercicio, lo hacen uno o dos día a la semana , lo cual resulta insuficiente si se considera sedentarismo cuando la no realización de actividad física durante al menos tres veces por semana. Aparte, debe

realizarse con una duración de 20 minutos para que este parámetro pueda ser válido (Heredia 2006). La mayor parte de quienes realizan ejercicio lo hacen una o dos veces por semana (ver cuadro 3.48.), lo cual se encuentra por debajo del parámetro requerido para su eficacia. Las personas de 60 a 74 años son un 34.9% y las de 75 y más son el 33.9%, la diferencia no es considerable de una edad a otra. Los que se ejercitan con la frecuencia necesaria son únicamente 19% de quienes tienen entre 60 y 74 y 21.2% de aquellos que tienen 75 y más, lo que indica que alrededor del 20% de la población se ejercita con la frecuencia deseada.

Las diferencias no se hacen muy significativas entre las personas que tienen un estado civil u otro. Quienes más se ejercitan a diario son los solteros, un 24% y los que menos los viudos, 14.8%. De los solteros un 20% son quienes nunca se ejercitan y el menor porcentaje lo ocupan los divorciados: un 10.3%. Desde el punto de vista de la actividad laboral que han ejercido la mayor parte de sus vidas el 33.3% de quienes se ejercitan diariamente son los obreros calificados, y el 7% de quienes se ejercitan diariamente representa a los que han ejercido como actividad la docencia durante la mayor parte de su vida. De los que se ejercitan una o dos veces a la semana, el porcentaje mayor son los funcionarios administrativos, seguidos muy de cerca por las amas de casa. Los primeros son el 42.9% y las amas de casa el 42.3%. Los que menos se ejercitan son los funcionarios administrativos 4.8% y el porcentaje de quienes nunca se ejercitan son los que han laborado como docentes, 21.4%. El hecho de quedarse en casa parece ser un elemento que influye positivamente para que los adultos mayores se ejerciten, las personas con los mayores porcentajes de quienes se ejercitan diariamente son: el 23.9% de los que no trabajan y el 24.4% de quienes están pensionados. Los mayores porcentajes de los que se ejercitan uno o dos días a la semana son el 42.2% de quienes se dedican en la actualidad a atender su casa, y el 41.4% de los que ayudan en casa (Ver cuadro 3.48. y figuras 3.52. y 3.53.).

Figura 3.51. Distribución de la población de 60 y más años, según la frecuencia con que pasean de acuerdo con su sexo, Monterrey, 2017



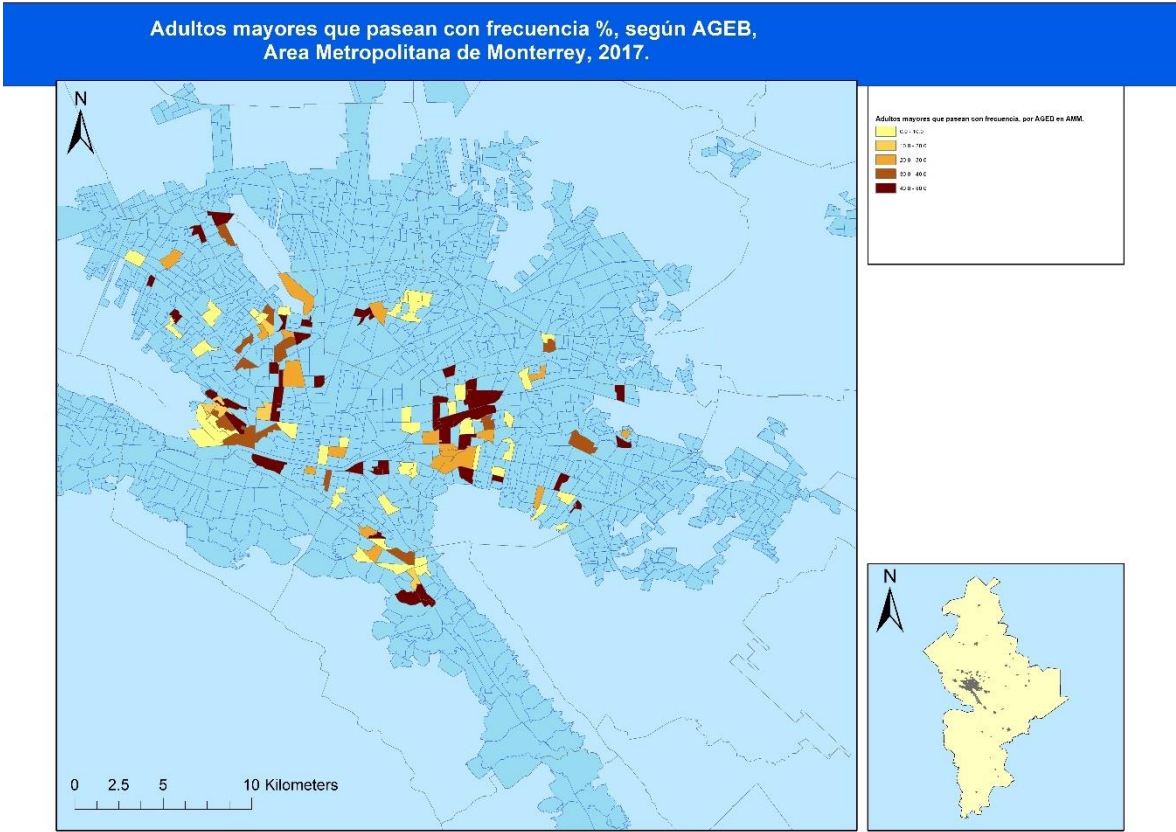
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.48. Distribución de la población de 60 y más años, según la frecuencia con que pasean en su barrio acorde a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Frecuencia con que se pasea en el barrio							
Parámetros		A diario %	Uno o dos días al mes %	Uno o dos días a la semana %	Con menor frecuencia %	Nunca %	Total %
Sexo	Varón	21.4	16.5	27.2	18.0	16.0	100.0
	Mujer	18.0	14.6	41.2	14.2	10.7	100.0
Edad	60 a 74 años	19.0	17.8	34.9	14.3	12.8	100.0
	75 y más años	21.2	9.3	33.9	20.3	14.4	100.0
Estado civil	Casado	20.3	15.8	34.4	15.4	12.4	100.0
	Viudo	14.8	15.6	36.7	18.0	14.8	100.0
	Divorciado	20.5	20.5	30.8	15.4	10.3	100.0
	Soltero	24.0	8.0	36.0	12.0	20.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	17.9	19.0	33.3	17.9	9.5	100.0
	Profesionista independiente	20.6	17.6	26.5	11.8	20.6	100.0
	Funcionario administrativo	16.7	23.8	42.9	11.9	4.8	100.0
	Ama de casa	15.4	15.4	42.3	15.4	10.7	100.0
	Obrero calificado	19.4	9.7	32.3	19.4	19.4	100.0
	Obrero no calificado	33.3	4.8	19.0	23.8	19.0	100.0
	Docente	7.1	7.1	35.7	28.6	21.4	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	23.9	17.4	31.5	12.0	15.2	100.0
	Empleado(a) doméstico	13.8	10.3	41.4	20.7	10.3	100.0
	Labores del hogar	16.7	17.8	42.2	14.4	7.8	100.0
	Media jornada	15.8	15.8	38.6	19.3	10.5	100.0
	Jornada completa	18.8	20.3	18.8	23.2	15.9	100.0
	Pensionado	24.4	10.5	37.2	11.6	16.3	100.0

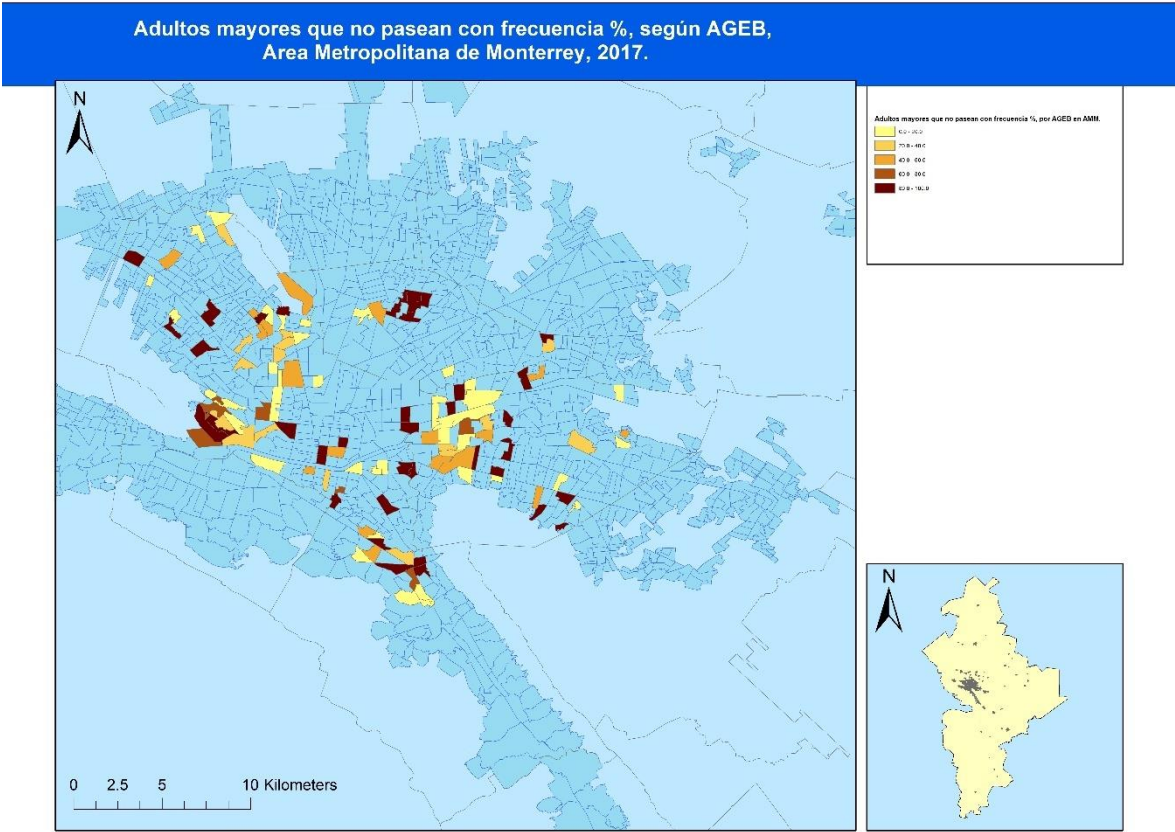
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.52. Porcentaje de adultos mayores que pasean con frecuencia, según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.53. Porcentaje de adultos mayores que no pasean con frecuencia, según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

5.5. Importancia que tiene para la salud salir a pasear para los adultos mayores.

El deterioro de la salud física conlleva en mayor o menor grado un estado de aislamiento. El estado de aislamiento es uno de los factores determinantes de la depresión y ésta acelerará el deterioro del estado de salud de las personas. La calidad del sueño y otras funciones mentales como la memoria, estado de ánimo, la función cognitiva, se ven beneficiados con la actividad física en la tercera edad. Además, las personas que realizan actividades físicas tienen un mayor nivel de autoestima (Lang, 2010). Pero lo importante es que todos los beneficios antes mencionados estén en la conciencia de los ciudadanos de las grandes ciudades. Que se pierdan las falsas creencias que existen acerca de la vejez, para que las personas de la tercera edad puedan ser útiles y capaces de vivir una vida plena, que, si bien puede ser afectada por enfermedades, por la genética personal o las circunstancias de vida, no es determinante de una vida disfuncional o insanablemente dependiente.

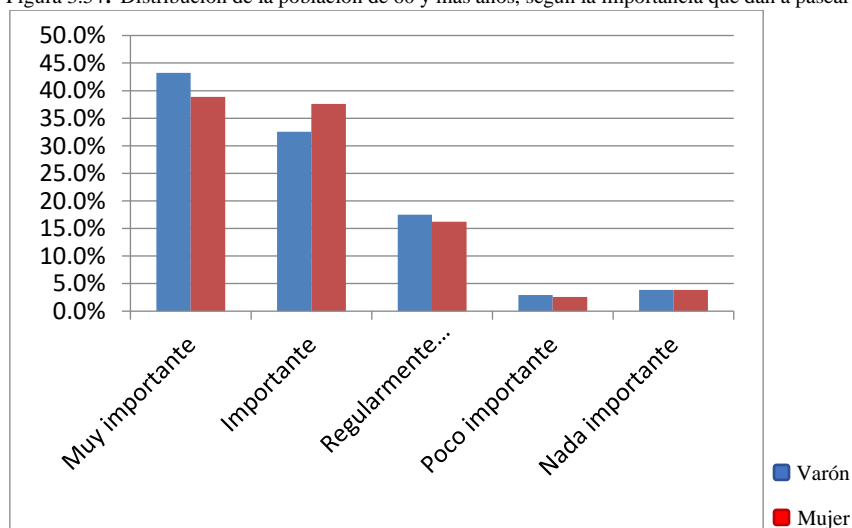
La falta de conocimiento de los beneficios que se logran haciendo ejercicio en la tercera edad, la ausencia de estímulos afectivos por parte de las personas que forman el entorno socio-familiar de los ancianos o la falta de oportunidades para hacer ejercicio tales como las adecuaciones de los espacios públicos al aire libre en las grandes ciudades, son algunos de los principales motivos de que las personas no se interesen en hacer ejercicio (Lee, 2016). En los datos obtenidos por medio de la encuesta de esta tesis, el 43.2% de los varones opinan que es muy importante ejercitarse, y el mayor porcentaje de quienes opinan que es importante, pero no “muy importante” es un 37.6% de las mujeres (ver gráfica 3.56. y cuadro 3. 49). Las personas que opinan que no es importante son el 7.7% de los encuestados, dados estos resultados emerge una pregunta: ¿porque no es más alto el porcentaje de adultos mayores que se ejercitan? Los porcentajes de las personas de 75 y más que piensan que ejercitarse es importante son ligeramente mayores que los de 60 a 74 (ver cuadro 3.49.).

Por otra parte, de acuerdo con los resultados del cuadro 3.49., el 56% de quienes consideran que ejercitarse es muy importante son el grupo de solteros, y también lo son el 40% de los que piensan que es importante, aunque no muy importante. Quienes menos

consideran que sea muy importante ejercitarse son los viudos: el 33.3%. Y únicamente el 22.7% de ellos lo considera apenas medianamente importante. Los más altos porcentajes de los encuestados, de acuerdo con la ocupación laboral en que trabajaron la mayor parte de su vida se agrupan en los que respondieron que ejercitarse era o muy importante, o regularmente importante; de los profesionistas independientes el 47.8% piensan que es muy importante al igual que el 41.9% de los obreros calificados. Los mayores porcentajes de quienes lo creen importante pero no tan importante son el 42.9% de quienes como ocupación laboral ejercieron como docentes o como funcionarios administrativos.

En todos los casos, de acuerdo con su situación laboral actual, los mayores porcentajes se ubican en quienes lo consideran muy importante. La única excepción a esta regla es la de quienes se dedican a atender el hogar, de estos últimos de acuerdo con el cuadro 3.49., el 45.6% piensan que es importante pero no muy importante y el 33.3% que es muy importante. Otro dato interesante respecto a la situación laboral actual de quienes respondieron a esta encuesta es que el porcentaje más alto de quienes consideran que ejercitarse es regularmente importante para su salud (cuadro 3.49. y figuras 3.54. y 3.55.), son las personas que ayudan en casa el 31% de ellos piensa de esta manera. Ante estos datos ¿por qué quienes laboran en casa no consideran muy importante ejercitarse y sin embargo saben que es importante?

Figura 3.54. Distribución de la población de 60 y más años, según la importancia que dan a pasear, Monterrey, 2017



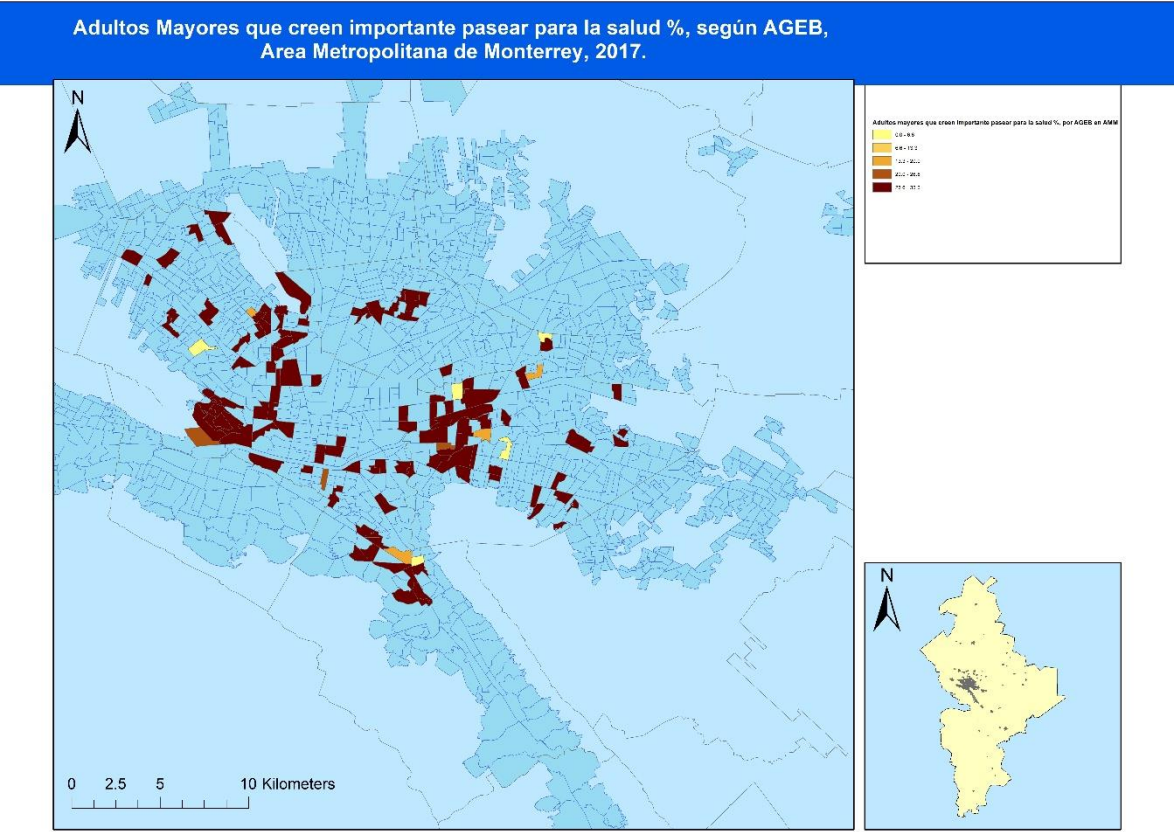
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.49. Distribución de la población de 60 y más años, según la importancia que dan a pasear para su salud y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Parámetros		¿Cree que pasear es importante para la salud?					Total %
		Muy importante %	Importante %	Regularmente importante %	Poco importante %	Nada importante %	
Sexo	Varón	43.2	32.5	17.5	2.9	3.9	100.0
	Mujer	38.9	37.6	16.2	2.6	3.8	100.0
Edad	60 a 74 años	40.7	35.1	16.1	3.1	4.3	100.0
	75 y más años	41.5	35.6	18.6	1.7	2.5	100.0
Estado civil	Casado	42.6	35.1	15.7	2.1	4.1	100.0
	Viudo	33.6	35.2	22.7	3.9	4.7	100.0
	Divorciado	43.6	33.3	12.8	5.1	2.6	100.0
	Soltero	56.0	40.0	4.0	0.0	0.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	39.3	32.1	17.9	4.8	4.8	100.0
	Profesionista independiente	47.8	34.8	10.1	1.4	4.3	100.0
	Funcionario administrativo	38.1	42.9	7.1	4.8	7.1	100.0
	Ama de casa	37.6	37.6	17.4	3.4	4.0	100.0
	Obrero calificado	41.9	29.0	29.0	0.0	0.0	100.0
	Obrero no calificado	33.3	38.1	28.6	0.0	0.0	100.0
	Docente	28.6	42.9	21.4	0.0	7.1	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	44.6	34.8	16.3	2.2	2.2	100.0
	Empleado(a) doméstico	37.9	17.2	31.0	3.4	10.3	100.0
	Labores del hogar	33.3	45.6	15.6	3.3	2.2	100.0
	Media jornada	40.4	35.1	17.5	3.5	3.5	100.0
	Jornada completa	46.4	31.9	11.6	2.9	5.8	100.0
	Pensionado	42.5	36.8	14.9	1.1	4.6	100.0

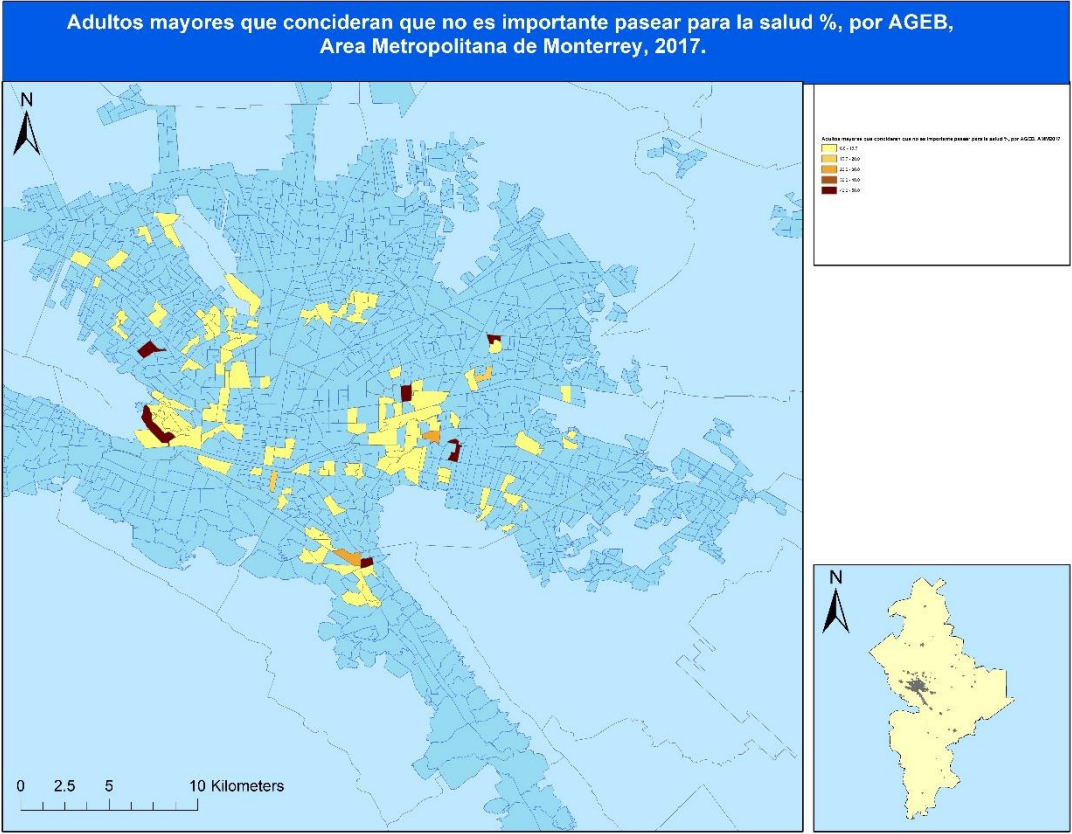
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.55. Porcentaje de adultos mayores que si consideran que es importante pasear para la salud, según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017.



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

Figura 3.56. Porcentaje de adultos mayores que no consideran que es importante pasear para la salud, según AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

5.6. Proximidad del hogar de los mayores respecto a los lugares para pasear

La sociabilidad de los mayores en sus barrios ha cobrado importancia en vista de la actual tendencia a la migración a los centros urbanos, aunada a la expectativa a aumentar el rango de edad de la sociedad actual. Las personas que enfrentan el suceso de la viudez pierden muchas de las relaciones sociales que tenían en conjunto con su pareja. Si esta condición se prolonga, suele desembocar en un aislamiento nocivo a las personas viudas (Iglesias, 2001). La comunidad de que forman parte estas personas, los centros de reunión de dichas comunidades, los lugares en que se tiene la posibilidad de encontrar a amigos y conocidos en el vecindario, tienen un papel preponderante en las personas que han perdido su pareja, sobre todo en la edad avanzada en que difícilmente se tiene acceso en la actualidad a nuevos entornos sociales. Cuanto mayor es la soledad que se provoca al perder a la pareja, como por ejemplo la ausencia de descendencia o de relación con familiares, mayor es la necesidad de apoyo de las personas a que habitan en el vecindario. Esta relación de confianza no tiene límites, muchas personas por ejemplo acostumbran a dejar una copia de las llaves de la casa con los vecinos, a fin de evitar problemas si se olvida la misma, queda dentro de casa por algún motivo, o en caso de que por algún motivo la persona se sienta indispuesta para llegar a la puerta de acceso poder contar con el apoyo de los vecinos a fin de encontrar ayuda.

Un simple encuentro casual en el vecindario es de gran ayuda para mitigar la soledad. Muchas veces un paseo en solitario tiene como fin la visita a algún familiar o amigo. Generalmente los paseos se efectúan en compañía de alguien que suele encontrarse de paso en la dirección en que se acostumbra a caminar en el barrio. En estos casos en que los recorridos se hacen en compañía la distancia suele prolongarse hasta varios kilómetros. En el estado de viudez, la mujer suele tener ventaja sobre el varón en el aspecto de que con facilidad recibe la visita de sus amigas y vecinas. Sin embargo, esta situación se ve recompensada porque los varones son quienes frecuentan con mayor frecuencia los centros sociales fuera del hogar (Iglesias, 2001).

Tener amistades que faciliten el intercambio de información y con las cuales realizar actividades de ocio es un gran alivio para la soledad (Rodríguez, 2009). La figura 3.57,

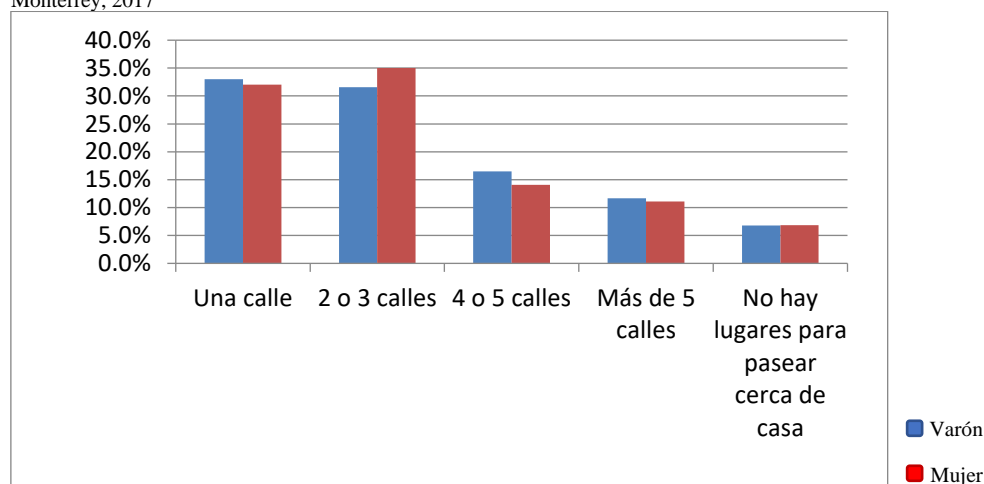
que corresponde al cuadro 3.50, evidencia que la mayor parte de la población en el Área Metropolitana de Monterrey cuenta con un lugar adecuado para salir a caminar en las proximidades de su hogar. A pesar de ello, ¿qué es lo que provoca que gran parte de ellos no lo lleven a cabo?; Algunas posibilidades son la falta de conciencia de las bondades que en los ámbitos psicológico y físico tiene el ejercitarse con regularidad en la tercera edad. O la situación adversa en lo que respecta a la inclusión social, también, aunque exista el lugar no cuenta con los accesos y características físicas adecuadas para que los mayores puedan hacer uso de ellos, aunado a la situación de inseguridad que se vive en el Área Metropolitana de Monterrey y en general en México.

De la gran mayoría de hombres y mujeres que cuentan con un lugar adecuado para pasear cerca de su hogar, el 64.6.1% de los varones encuestados tienen que caminar 3 calles o menos para acceder a un lugar en donde se puede pasear, al igual que el 67.1% de mujeres. El 16.5% de los varones lo tienen a 4 o 5 calles de distancia; el 11.7% de los varones lo tiene a más de 5 calles y el 6.8% no cuentan con un lugar adecuado para pasear cerca de su casa. El cuadro número 3.50 muestra que de acuerdo con los grupos de edad ya sean 60 a 74 o 75 y más, los resultados son muy similares a los comentados con respecto al sexo de los encuestados y no existen diferencias significativas de uno a otro grupo de edad. Las personas divorciadas viven más próximas a lugares para pasear. En otras palabras, el 38% de ellos tienen un lugar adecuado para realizar esta actividad a una calle o menos de distancia. El mayor porcentaje de quienes tienen acceso a este tipo de áreas a 3 calles de distancia son el 36% de los solteros. Esto podría indicar que quienes por elección propia viven en soledad, procuran elegir espacios cercanos a lugares en que con facilidad puedan pasear cerca de casa. Un 25 % de los divorciados dicen que está a 4 o 5 calles y el mayor porcentaje de quienes viven a más de 5 calles de un lugar adecuado para pasear son el 12.8% de los casados. En el caso del porcentaje mayor de quienes dicen no haber lugares adecuados para pasear en sus barrios, de acuerdo con los datos que presenta el cuadro 41, serían el 16% de los solteros quienes no cuentan con este tipo de espacios en las proximidades de sus hogares. Menciona Bermejo (2003), que únicamente el 8% de las personas mayores sufren de soledad, lo cual, aunque no deja de ser importante, también desdice el concepto que cotidianamente sostiene que los adultos mayores se sienten solos.

El ser humano es un ser social. Su fragilidad lo obliga a vivir en compañía de otros seres, brindarles apoyo y disfrutar del mismo. Así debe procurarse que los espacios en que se propicie la interrelación de las personas que viven en un mismo barrio sean lo más adecuado posible para las necesidades de las personas y si un espacio es adecuado para quienes forman parte de los grupos vulnerables, resulta por ende adecuado para el resto de la población. Enfocar el diseño de los espacios públicos al aire libre a las características y requerimientos de los grupos vulnerables sigue siendo una tarea indispensable pues es necesario que la actividad física sea recurrente y constante para lograr los beneficios que de ella se derivan, por lo cual es conveniente empezar a hacer este tipo de actividades desde temprana edad. De esta forma se crea el hábito y al llegar la tercera edad se continuará obteniendo sus beneficios (Barbosa, 1987).

Los cambios físicos son inevitables y es resultado natural del paso del tiempo en los organismos. Pero algunos de los efectos de envejecimiento se pueden retardar y modificar si se realiza una frecuente y constante actividad física. En el cuadro 3.50. se observa que los obreros tienen en mayor porcentaje un lugar adecuado para pasear en la proximidad de sus hogares. El 45% de las personas que han laborado como obreros calificados durante la mayor parte de sus vidas tienen un lugar así a una calle de distancia del lugar en que habitan. El 47.6% de los obreros no calificados dicen tener un lugar adecuado para pasear a 2 o 3 cuerdas de sus casas. Después de los obreros el siguiente número es el de los docentes, 42.9%. En el cuadro 3.50 los mayores porcentajes de los encuestados, sin importar si están o no laborando en la actualidad y en que laboran, tienen un lugar próximo a sus hogares, en el que pueden pasear. Entre el 24% y el 36.8% lo tienen a una cuadra de su casa, por lo que deducimos que la actividad laboral y el encontrarse o no activos laboralmente no son variables determinantes de la disponibilidad de espacios públicos al aire libre cerca de los hogares de los adultos mayores (Ver cuadro 3.50. y las figuras 3.58., 3.59. y 3.60.).

Figura 3.57. Distribución de la población de 60 y más años, según la proximidad respecto al hogar de los lugares para pasear, Monterrey, 2017



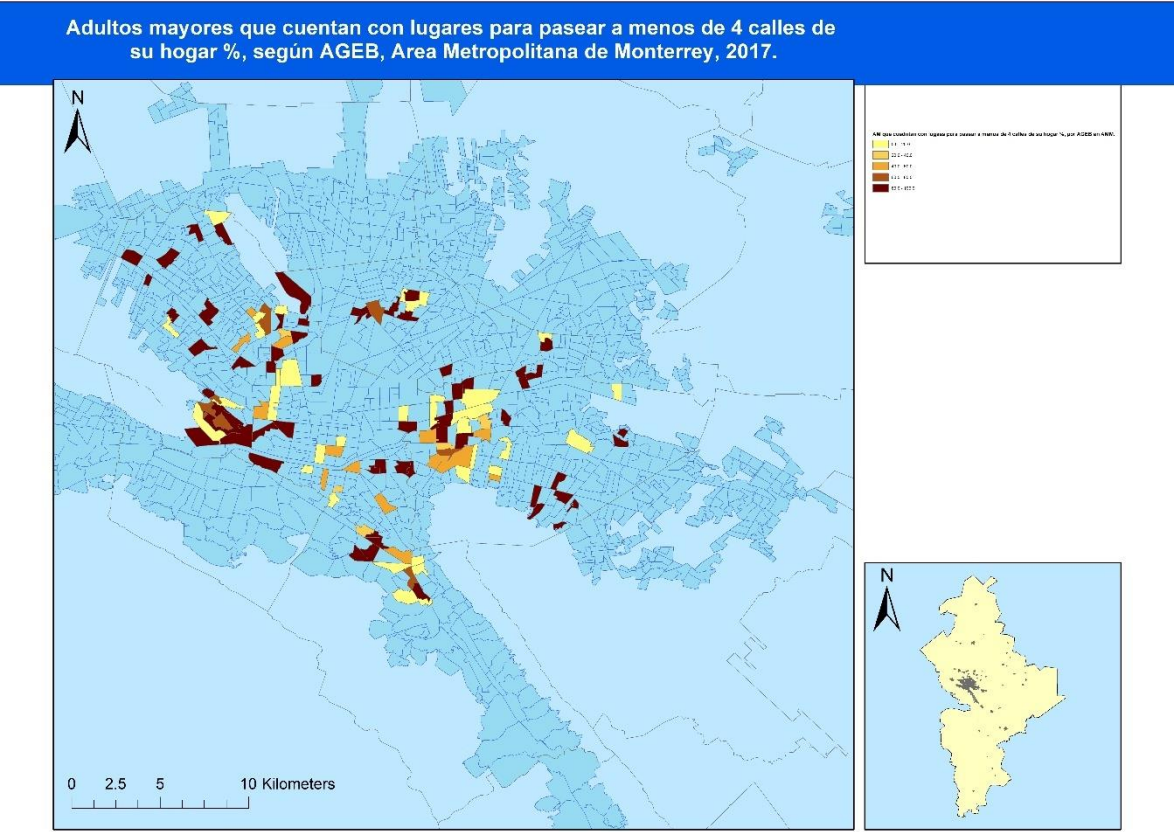
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.50. Distribución de la población de 60 y más años, según la proximidad respecto al hogar de los lugares para pasear y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Parámetros		Cercanía de un lugar para pasear					Total %
		Una calle %	2 o 3 calles %	4 o 5 calles %	Más de 5 calles %	No hay lugares para pasear cerca de casa %	
Sexo	Varón	33.0	31.6	16.5	11.7	6.8	100.0
	Mujer	32.1	35.0	14.1	11.1	6.8	100.0
Edad	60 a 74 años	31.7	34.2	15.8	11.8	5.9	100.0
	75 y más años	34.7	31.4	13.6	10.2	9.3	100.0
Estado civil	Casado	33.5	35.5	12.4	12.8	5.0	100.0
	Viudo	30.5	32.0	17.2	11.7	8.6	100.0
	Divorciado	38.5	20.5	25.6	5.1	7.7	100.0
	Soltero	24.0	36.0	16.0	8.0	16.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	34.5	32.1	13.1	8.3	10.7	100.0
	Profesionista independiente	33.3	36.2	15.9	10.1	4.3	100.0
	Funcionario administrativo	40.5	31.0	14.3	9.5	4.8	100.0
	Ama de casa	28.2	32.9	16.8	12.8	8.7	100.0
	Obrero calificado	45.2	19.4	19.4	12.9	3.2	100.0
	Obrero no calificado	23.8	47.6	4.8	14.3	9.5	100.0
	Docente	28.6	42.9	21.4	7.1	0.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	33.7	27.2	17.4	13.0	8.7	100.0
	Empleado(a) doméstico	24.1	48.3	20.7	3.4	3.4	100.0
	Labores del hogar	33.3	37.8	15.6	8.9	3.3	100.0
	Media jornada	36.8	36.8	10.5	10.5	3.5	100.0
	Jornada completa	30.4	23.2	15.9	14.5	15.9	100.0
	Pensionado	33.3	35.6	13.8	12.6	4.6	100.0

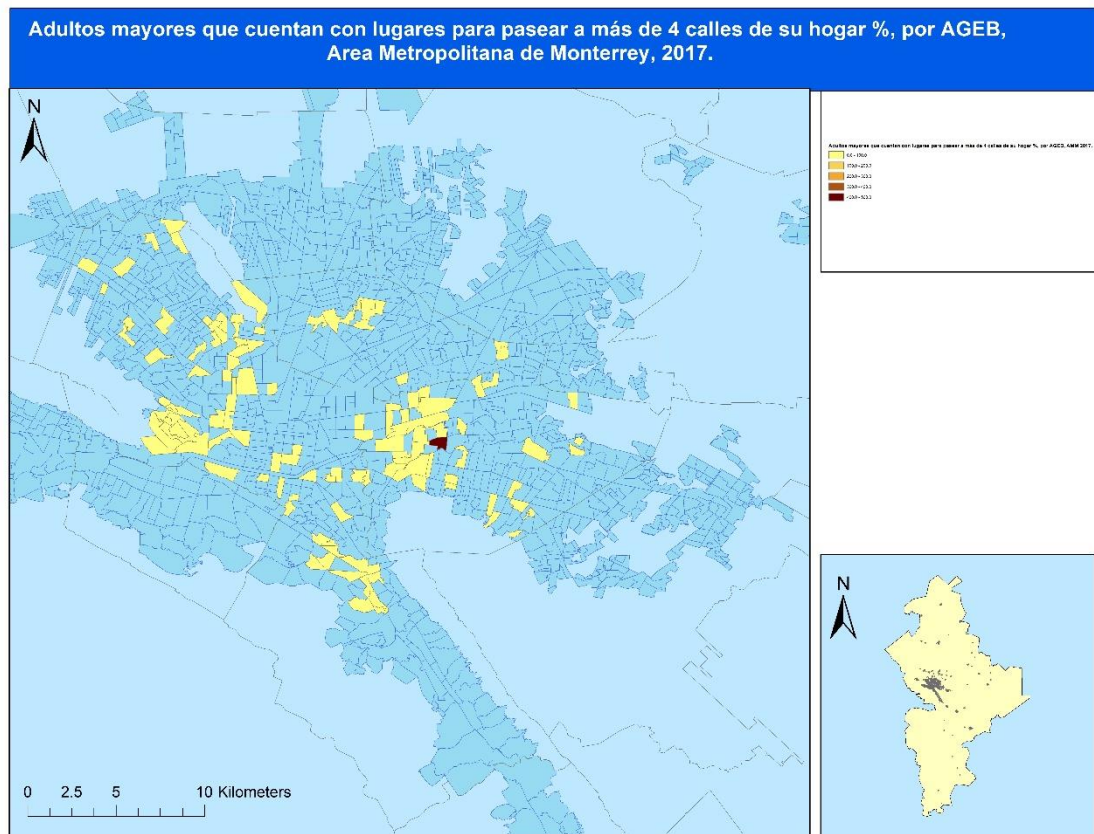
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.58. Adultos mayores que cuentan con lugares para pasear a menos de 4 calles de su hogar % por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



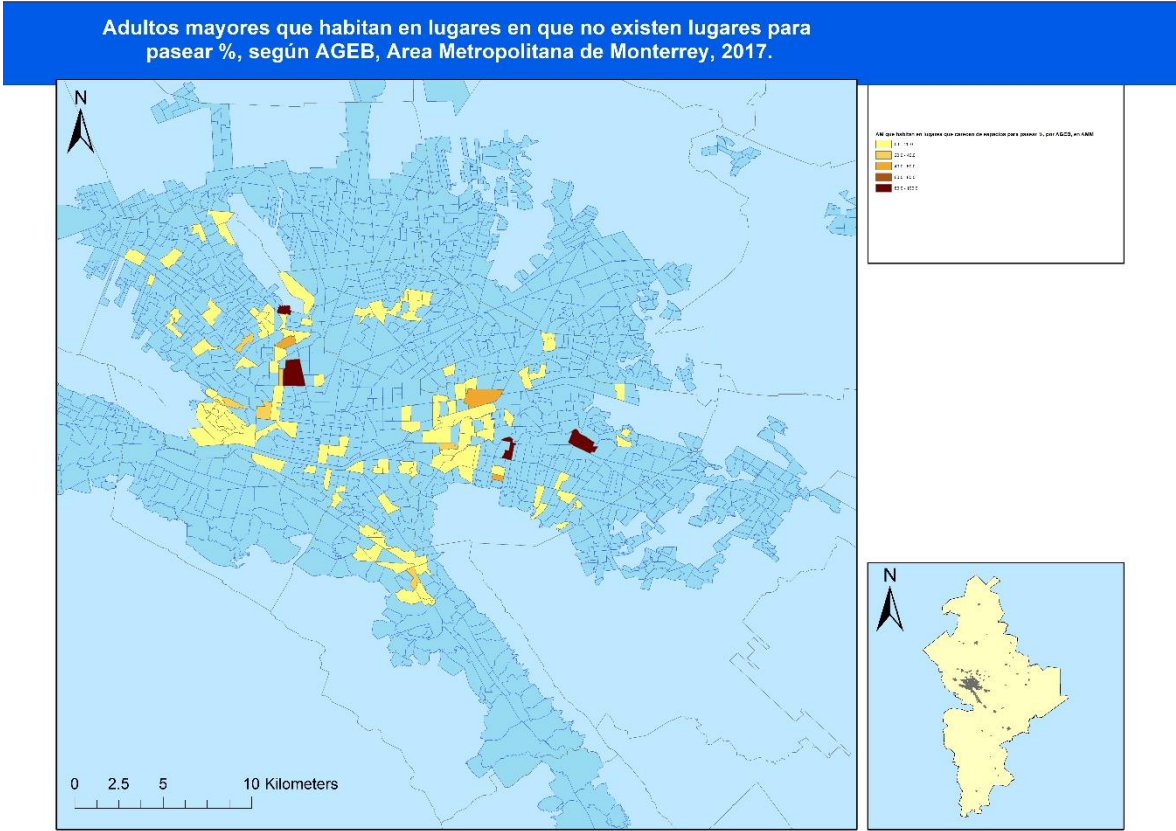
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.59. Adultos mayores que cuentan con lugares para pasear a más de 4 calles de su hogar % por AGEb, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.60. Adultos mayores que no cuentan con lugares para pasear en sus barrios de. % por AGEb, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

5.7. ¿Con quién salen a pasear los adultos mayores?

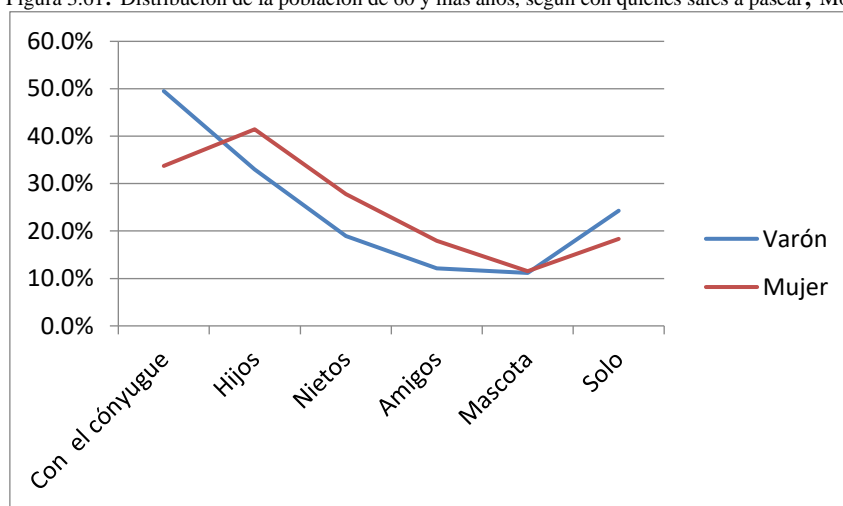
La falta de movilidad pone en riesgo el estado de salud de los mayores, lo que les incapacita para moverse con libertad, convirtiéndose de esta manera en una carga para el resto de la sociedad. Un programa estructurado de actividad física moderada reduce los riesgos de inmovilidad en las personas que por su estado de salud pueden llegar a tenerla (Pahor, 2014). En la actualidad los adultos mayores han perdido las oportunidades de moverse con libertad en el entorno urbano del Área Metropolitana de Monterrey pues la ineficiencia del transporte urbano aunada a el incremento de las distancias entre los distintos espacios urbanos, la ausencia de infraestructura adecuada que aliente la actividad peatonal de los habitantes de esta ciudad, y la falta de condición física de la mayor parte de los miembros de su población y aún más de sus adultos mayores, son algunos de los principales factores que potencian esta condición de los mayores.

Las escasas oportunidades de movilización que tienen los ancianos están supeditadas a la disponibilidad de otras personas que puedan acompañarlos, ya sean sus parientes u personas contratadas exprofeso para hacerles compañía son una necesaria compañía para acudir a lugares en que reciben atención médica, cobrar pensiones, reunirse con sus amistades o realizar cualquier trámite. Es imperativo implementar soluciones asertivas a esta problemática, que en vista del envejecimiento poblacional se agudizará en un futuro no muy lejano.

En el Área Metropolitana de Monterrey, la mayor parte de quienes suelen salir a pasear lo hacen en familia, tal y como se puede apreciar en la gráfica y en el cuadro número 3.51., la mayor parte de los varones, 59.5%, suelen pasear acompañados con su esposa y las mujeres que suelen acompañar a su esposo son el 33.8%. Esto pudiera ser un problema para los varones que puedan perder a su compañera ya que las mujeres en su mayoría, esto es, un 41.5% suelen salir a caminar con sus hijos, mientras que las que pasean con su esposo son un 33%. Esta relación puede a lo largo del tiempo ser benéfica pues al llegar a estar viudas, las mujeres suelen tener mayor posibilidad que los varones de continuar con la costumbre de pasear. En cambio, como se mencionó con anterioridad los que tienen la costumbre de pasear únicamente con su conyugue pueden perder el interés al quedar viudos y no tener más con quien realizar esta actividad (Iglesias, 2001).

También es el caso de quienes suelen pasear con los nietos. Un 27% de las mujeres suelen pasear con ellos y los varones que suelen hacerlo son el 18.9%. También es mayor el porcentaje de mujeres que pasean en compañía de sus amigos, el 17.9% de las mujeres pasean con amistades y únicamente un 12.1% de varones. El porcentaje que suelen pasear con sus mascotas es muy similar en los hombres y las mujeres, 11.5% de las mujeres pasean con sus mascotas y 11.2% de los varones. Los espacios públicos al aire libre suelen ser efímeros y ampliamente libres, así como ser lugares en que suelen suceder encuentros casuales (Delgado 2007), para la mayor parte de las mujeres mexicanas, el hacer uso de los espacios públicos al aire libre sin compañía no forma parte de sus costumbres, la mujer está más relegada al hogar (ver figura 3.61. y cuadro 3.51.).

Figura 3.61. Distribución de la población de 60 y más años, según con quienes sales a pasear, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

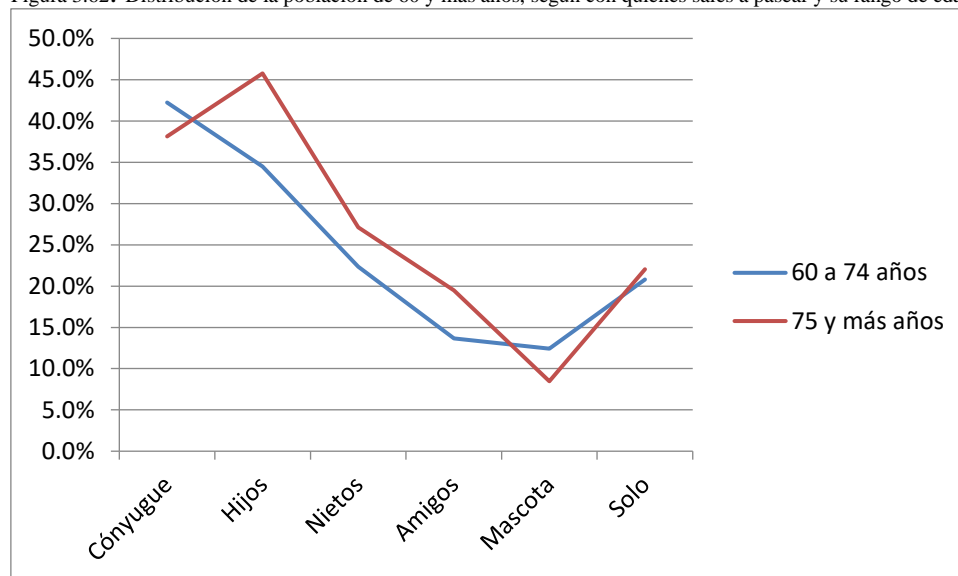
En México, es diferente lo que sucede en un encuentro público casual con las personas del género opuesto. En el caso de las mujeres, se encuentran más expuestas a ser corpóreamente agredidas que los hombres (Zúñiga, 2014). Quizá sea este el motivo de que el porcentaje de mujeres que fueron encuestadas que suelen pasear solas sea menor que el de los varones que incursionan en los espacios públicos al aire libre de la ciudad del Área Metropolitana de Monterrey. Según los resultados del cuadro 3.51., un 24.3% de los varones encuestados pasean solos en la cercanía de sus hogares y únicamente el 18.4% de mujeres suelen realizar solas esta actividad. Dado el aumento de la percepción de vulnerabilidad propio de la tercera edad, la problemática de la inclusión en los espacios públicos de mujeres se agudiza y tiene por efecto la mayor reclusión de las mujeres al

ámbito de sus hogares, hecho que limita las posibilidades de interacción social de las adultas mayores y la pérdida de contacto que tienen con el entorno de sus barrios.

En la figura 3.62. se muestra la información correspondiente al grupo de edad a que pertenecen los mayores en el cuadro número 3. 51.. En dicha gráfica se evidencia como las personas de 60 a 74 son quienes mayormente suelen pasear con su conyugue, el 42.2% de ellos suelen hacerlo, el porcentaje de quienes pasean en compañía de su pareja disminuye a 38.1% de las que tienen 75 y más, esto puede ser ocasionado porque la posibilidad de sufrir la pérdida de la pareja aumenta conforme pasan los años. Los espacios públicos se conciben como estructuras en que se organizan los seres humanos, y están conformados por la ideología de los que forman parte de ellos (Vianello, 2002).

La experiencia histórica de nuestra sociedad determina que el espacio público es de dominio de la gente joven. Las estructuras físicas y sociales que conforman dichos espacios han determinado que la sociedad en general y quienes la conforman en lo particular, piensen que los espacios públicos no son para los adultos mayores, que estos no están capacitados para incursionar en ellos y lo peor es que quienes formaron y heredaron esa idea fueron las mismas personas de la tercera edad. Estas estructuras sociales han determinado también quien debe o no acompañar a los adultos mayores en su diario devenir. En el Área Metropolitana de Monterrey la mayor parte de quienes conforman el primer grupo de edad mencionado en el cuadro 3.51., son el 42.2% que pasean con sus conyugues, y en el grupo de 75 y más este porcentaje disminuye a 38.1%. Mientras las personas que pasean con sus hijos son el 45.8% de 75 y más, lo cual suena lógico puesto que al perder a sus parejas los mayores suelen procurar la compañía de sus hijos. Estos porcentajes disminuyen a 22.4% quienes son del grupo de 60 a 74, y 27.1% los de 75 y más. El número de quienes pasea con amigos en el segundo rango de edad es mayor, ya que es también en ellos en quienes se refugian las personas que pierden a sus parejas, en cambio quienes pasean con sus mascotas son en un mayor porcentaje del primer grupo de edad y los que lo hacen solos son un porcentaje mayor de 75 y más, una vez más es mayor la cantidad de quienes han perdido a sus parejas en el segundo rango de edad (ver cuadro 3.51. y figura 3.62.).

Figura 3.62. Distribución de la población de 60 y más años, según con quienes sales a pasear y su rango de edad, Monterrey, 2017

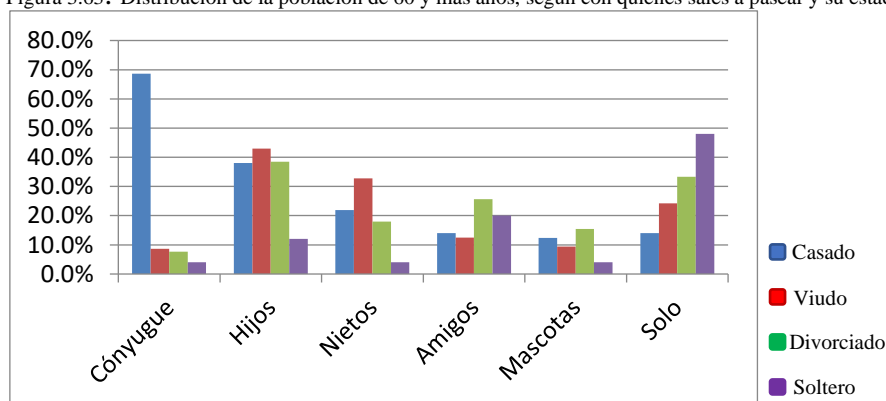


Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

La cultura de nuestra sociedad ha creado una serie de dogmas en torno a la tercera edad que han determinado la inutilidad e incapacidad de los adultos mayores. Dentro de las políticas que establecen en México, el derecho que la ciudadanía tiene de disfrutar los espacios públicos al aire libre ha creado márgenes muy estrechos, en los cuales son excluidos los grupos vulnerables (Sevilla, 2004). La figura número 3.63. y el cuadro 3.51., que representa lo referente a el estado civil de las personas respecto a quienes los acompañan a pasear, es por demás simbólica de lo que acontece a las personas mayores al perder a su pareja. Muestra que las personas casadas prefieren salir a pasear con su pareja representan el 68.6%. El 38 % de los casados salen a pasear con sus hijos, el 14% con sus amigos, el 12.4% con sus mascotas y el 14% lo hacen solos. En cambio, los mayores porcentajes de quienes han perdido a sus parejas por viudedad son el 43% que salen a pasear con sus hijos y el 32.8% que lo hacen con sus nietos. El 12.5% salen con sus amigos, y el 24% salen solos. El mayor porcentaje de los divorciados salen a pasear con sus hijos (38.5%), y el mayor porcentaje de los solteros que son el 48%, tienden a pasear solos. En lo que respecta a la ocupación que ejercieron la mayor parte del tiempo en relación con las personas que suelen acompañar a los mayores a pasear, lo más significativo sería que los que mayormente pasean con su conyugue son quienes han ejercido la actividad docente durante su vida laboral (un 78.6%). El mayor porcentaje, el 64.3% de los que han sido docentes son quienes pasean con sus hijos, seguidos por las amas de casa que son el 40.3%. Quienes mayormente pasean con sus nietos son el 35%

de los docentes, los funcionarios públicos mayormente (el 21.4%) pasean con amigos, y el 16.7% de los funcionarios administrativos, son el mayor porcentaje de quienes pasean con sus mascotas. De los obreros calificados el 42.9% pasean solos y representan el mayor porcentaje de quienes así lo hacen (Ver cuadro 3.51.).

Figura 3.63. Distribución de la población de 60 y más años, según con quienes sales a pasear y su estado civil, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

El trabajo para los mayores, en su opinión les reporta beneficios principalmente en lo social, aumentando las oportunidades de relacionarse. Además, beneficios económicos, al permitir tener acceso a los ingresos que necesita. Y ganancias en lo referente a su realización personal, lo cual beneficia su autoestima, disminuye las posibilidades de depresión y eleva las oportunidades de menor deterioro de la salud física y mental (CELADE-CEPAL, 2002). No siempre es deseado por los mayores el seguir laborando, hay quienes prefieren dedicarse más tiempo a actividades recreativas, otros a realizar tareas que antes tuvieron deseos de realizar y sus actividades laborales se los impedían, como la música o las labores manuales. En todos los casos los ancianos buscan su bienestar y la compañía de sus seres queridos, familiares y amigos son los que mayormente se los reportan.

La actividad laboral que reportaron los mayores del Área Metropolitana de Monterrey estar realizando arroja que en relación con quienes los acompañan al pasear, el 40% que no trabajan suelen pasear con sus hijos. Al igual el 51.7% de los que ayudan en casa como actividad remunerada, los que atienden su casa mayormente lo hacen con su conyugue (son el 38.9% de ellos). Quienes laboran media jornada o jornada completa, pasean mayormente con su conyugue (50.9% y 47.8% respectivamente). Al igual que

estos un 46% de los jubilados son el mayor porcentaje de estos y acostumbran a pasear con su pareja (Ver cuadro 3.51.).

Cuadro 3.51. Distribución de la población de 60 y más años, según con quienes sales a pasear y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Con quién pasean los mayores		Conyugue %	Hijos %	Nietos %	Amigos %	Mascota %	Solo %
Sexo	Varón	49.5	33.0	18.9	12.1	11.2	24.3
	Mujer	33.8	41.5	27.8	17.9	11.5	18.4
Edad	60 a 74 años	42.2	34.5	22.4	13.7	12.4	20.8
	75 y más años	38.1	45.8	27.1	19.5	8.5	22.0
Estado civil	Casado	68.6	38.0	21.9	14.0	12.4	14.0
	Viudo	8.6	43.0	32.8	12.5	9.4	24.2
	Divorciado	7.7	38.5	17.9	25.6	15.4	33.3
	Soltero	4.0	12.0	4.0	20.0	4.0	48.0
Ocupación	Negocio propio	42.9	32.1	20.2	13.1	16.7	26.2
	Profesionista independiente	39.1	37.7	18.8	14.5	14.5	17.4
	Funcionario administrativo	45.2	26.2	11.9	21.4	16.7	19.0
	Ama de casa	34.2	40.3	28.2	18.8	7.4	16.8
	Obrero calificado	41.9	35.5	19.4	16.1	3.2	29.0
	Obrero no calificado	38.1	23.8	14.3	4.8	9.5	42.9
	Docente	78.6	64.3	35.7	14.3	14.3	7.1
Laboralmente activo	No trabaja	31.5	40.2	23.9	8.7	10.9	16.3
	Empleado(a) doméstico	24.1	51.7	24.1	6.9	10.3	20.7
	Labores del hogar	38.9	34.4	22.2	25.6	10.0	18.9
	Media jornada	50.9	33.3	21.1	12.3	10.5	19.3
	Jornada completa	47.8	40.6	18.8	15.9	13.0	23.2
	Pensionado	46.0	36.8	28.7	13.8	12.6	26.4

*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

5.8. Los tipos de espacios públicos al aire libre que existen en la proximidad de los hogares de los mayores.

Las comunidades de América Latina han ido emigrando a la ciudad. Un 77% de la población vive en entornos urbanos y en el 2013 se prospectaba sean el 84% de la población (Ávila, 2012). La falta de apoyo y estímulos para la vida rural, la cercanía a los centros de salud y los centros educativos son algunos de los motivos de esta migración. Si a esto se agrega el envejecimiento poblacional, la implementación de una infraestructura urbana necesaria para propiciar el envejecimiento saludable es pertinente. En el Área Metropolitana de Monterrey existen plazas y parques, que de recibir el mantenimiento adecuado podrían prestar un servicio efectivo a la comunidad que debido a lo inhóspito del entorno urbano se ha ido recluyendo a sus hogares. La baja calidad del aire, la inseguridad vial tanto para los peatones como para los automovilistas, la inseguridad social, son todos producto de la falta de implementación de estrategias en que, tanto la comunidad como las autoridades se responsabilicen de que todo esto mejore.

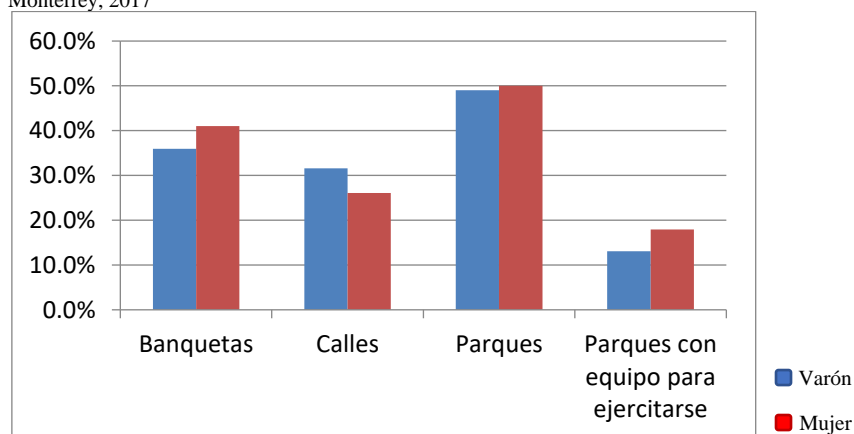
América Latina es predominantemente urbana, a pesar de que sigue siendo una economía de nivel primario. Actualmente, el 77% de la población vive en ciudades, y de acuerdo con las Naciones Unidas (2005), se espera que el porcentaje aumente al 84% en 2030, es decir, 175 millones de habitantes nuevos en tan sólo 25 años. No hace mucho tiempo, 30 o 40 años, los ancianos solían salir a caminar en sus comunidades al atardecer, en el Área Metropolitana de Monterrey el grado de insolación hace difícil pasear durante el día la mayor parte del año. Pasear en las calles del Área Metropolitana de Monterrey al anochecer y durante la noche implica correr grandes riesgos, debido al índice de inseguridad en que se vive, por la presencia de los grupos del crimen organizado y falta de control que las autoridades tienen sobre el mismo.

La cantidad de vehículos que circulan en la actualidad por los barrios del Área Metropolitana de Monterrey sobrepasa por mucho la capacidad de la infraestructura urbana y la falta de educación vial de la población, hace que el entorno público urbano sea riesgoso para la población en general y en particular para los grupos vulnerables de la población de los que los adultos mayores han resultado de los más desatendidos. La falta de mantenimiento de los espacios públicos al aire libre como jardines y plazas en la

mayor parte del Área Metropolitana de Monterrey, aunados al incremento poblacional, hacen que los existentes no sean utilizados por quienes pudieran tener acceso a ellos (Narváez, 2002). El perfil de la población que muestra una clara tendencia al envejecimiento, a la acumulación poblacional en los centros urbanos, el cambio de la estructura familiar del que se ha tratado en esta tesis y la falta de gobernabilidad de las ciudades, han derivado en un clima inhóspito para sus pobladores.

A la pregunta ¿Cuáles espacios públicos utiliza para pasear cerca de casa? Los que la respondieron, mayormente pasean en parques, aproximadamente un 50%. Sería interesante saber que hacen el otro 50% de la población al respecto. Aproximadamente un 30% lo hacen en las calles. El 38.5% lo hacen en las banquetas, el 15% tienen acceso a parques equipados con aparatos para ejercitarse (Ver figura 3.64.). Es muy poca la diferencia entre varones o mujeres que pasean en los parques: 50% son mujeres, 49% son hombres. En las banquetas el 41% son mujeres y el 35.9% son varones, quizá es mayor el número de mujeres que de varones en estos lugares, así como en los parques con equipamiento (17.9% son mujeres, 13.1% son varones), debido a que suelen ser más seguros que las calles, recordemos que las mujeres se sienten más vulnerables que los hombres en los entornos abiertos. En cambio, en las calles es mayor el número de varones 31.6%, que el de mujeres que son 26,1%. Respecto al grupo de edad al que pertenecen, no existen diferencias significativas entre quienes pasean en banquetas, calles, parques o parques equipados.

Figura 3.64. Distribución de la población de 60 y más años, según el tipo de espacio que utilizan para pasear cerca de su barrio, Monterrey, 2017

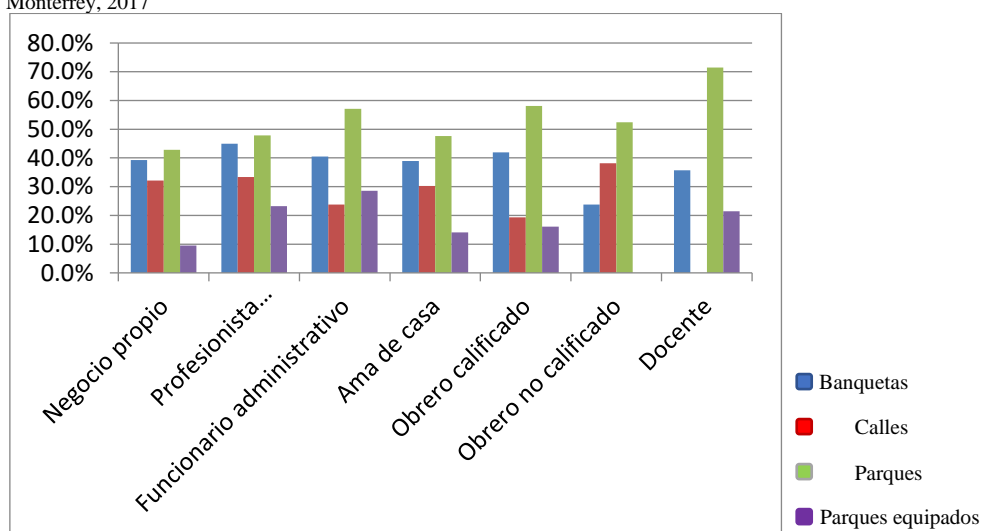


Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Respecto al estado civil de los mayores, se observa en la Cuadro 3.52., que los casados o viudos suelen buscar lugares más seguros al igual que los que han permanecido

solteros y suelen pasear en parques. La diferencia en este aspecto son los divorciados, quienes mayormente pasean por las calles y banquetas. Si analizamos a la población respecto a la labor que han ejercido la mayor parte de sus vidas, sin excepción todos pasean mayormente en parques, aunque también el menor porcentaje en todos los casos, sin importar en que han laborado tienen parques equipados cerca de sus casas (ver la figura 3.65. correspondiente al cuadro 3.52.). Quienes no trabajan actualmente son quienes mayormente pasean en las banquetas, el resto de la población sin importar en que laboran, o si lo hacen o no en la actualidad, suelen pasear en parques. En las calles el 42% es el mayor porcentaje de acuerdo con su situación laboral actual y está constituido por quienes laboran jornada completa. 61.4% de quienes trabajan jornada completa y de quienes se dedican a atender su casa el 56% son los mayores porcentajes de quienes acostumbran a pasear en los parques y quienes ayudan en casa son el menor porcentaje, solo el 34.5% suelen pasear en los parques (ver cuadro 3.52.).

Figura 3.65. Distribución de la población de 60 y más años, según el tipo de espacio que utilizan para pasear cerca de su barrio, Monterrey, 2017



*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.52. Distribución de la población de 60 y más años, según el tipo de espacio que utilizan para pasear cerca de su barrio y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Los espacios en que pasean los mayores					
Parámetros		Banquetas %	Calles %	Parques %	Parques con equipo para ejercitarse %
Sexo	Varón	35.9	31.6	49.0	13.1
	Mujer	41.0	26.1	50.0	17.9
Edad	60 a 74 años	38.2	26.7	50.6	16.8
	75 y más años	39.8	33.9	46.6	12.7
Estado civil	Casado	38.4	27.3	52.1	16.1
	Viudo	39.8	32.0	50.8	11.7
	Divorciado	43.6	33.3	35.9	28.2
	Soltero	32.0	16.0	48.0	8.0
Ocupación	Negocio propio	39.3	32.1	42.9	9.5
	Profesionista independiente	44.9	33.3	47.8	23.2
	Funcionario administrativo	40.5	23.8	57.1	28.6
	Ama de casa	38.9	30.2	47.7	14.1
	Obrero calificado	41.9	19.4	58.1	16.1
	Obrero no calificado	23.8	38.1	52.4	0.0
	Docente	35.7	0.0	71.4	21.4
Laboralmente activo	No trabaja	46.7	28.3	42.4	9.8
	Empleado(a) doméstico	37.9	34.5	34.5	13.8
	Labores del hogar	35.6	28.9	56.7	15.6
	Media jornada	28.1	28.1	61.4	21.1
	Jornada completa	37.7	42.0	42.0	14.5
	Pensionado	41.4	16.1	51.7	21.8

*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

5.9. Familiaridad de los adultos mayores con los espacios públicos al aire libre en la proximidad de sus hogares.

La vejez es un proceso que, si bien tiene características comunes en todos los seres vivos, difiere en cada individuo. Para la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018), existen tres elementos principales para lograr un envejecimiento activo: el bienestar físico, el bienestar social y la seguridad (González, 2010). Estos elementos dependen en gran parte de la integración social de las personas de la tercera edad y de las características del entorno que los rodea, tanto en el hogar como en la comunidad en que viven. En el medio ambiente del entorno urbano de los espacios públicos al aire libre existen elementos que determinan la salud física de los individuos: la calidad del aire si no es adecuada contribuye al deterioro de los sistemas de salud, la funcionalidad del equipamiento urbano determina en gran parte que pueda ser utilizado por los adultos mayores de manera segura, evitando accidentes viales, orientándolo para que no se extravíe cuando se traslada de un lugar a otro en los espacios públicos al aire libre.

Los espacios públicos al aire libre en las proximidades del hogar de los mayores, y muchas de las características que ellos poseen son causas adversas al envejecimiento activo, cuando las áreas que se dedican a esta actividad están rodeadas de cercas, muchas veces impiden el acceso a quienes están más alejados de los accesos o del ingreso, ya que en muchas ocasiones es uno solo. Si las personas tuvieran la posibilidad de entrar a ellos a pie tal vez por la distancia ya no lo harían, puesto que el acceder a ellos conlleva un esfuerzo extra al tener que llegar a los accesos, paradójicamente muchos de los lugares que están cercados, son en los que más se ocasionan problemas de inseguridad, debido a la posibilidad de retrasar la ayuda de las autoridades en caso de requerirse.

En la figura 3.66., que corresponde a la variable sexo del cuadro 3.53 se muestra que la mayor parte de la población conoce bien los lugares que existen en su localidad para pasear en la proximidad de sus hogares, y también una gran parte de ellos los reconocen a pesar de los cambios que han sufrido y muy pocos de ellos dicen no conocerlos porque han cambiado o son nuevos. Un 10% más de mujeres dicen conocer bien los espacios públicos al aire libre que tienen cerca del lugar en que viven, 56.4% y únicamente 46.6%, de los varones piensan de esa manera. En cambio, son 33.8% de mujeres que dicen que

cambiaron, pero los conocen y son más, 38.8%, los hombres que piensan así. Frente a las diferencias entre quienes tienen entre 60 y 74 años y quienes tienen 75 y más son casi inexistentes. Quienes afirman en mayor porcentaje, 64.3%, que conocen bien sus espacios públicos al aire libre son los docentes. Los que en menor porcentaje tienen esta opinión son el 42.9% de aquellos que tiene negocio propio y quienes han laborado como obreros calificados.

Las diferencias entre quienes opinan que cambiaron y los conocen o no, o los que dicen que son nuevos, no presentan diferencias significativas de acuerdo con la ocupación en que han laborado la mayor parte de sus vidas. En lo que respecta al estado civil, sean casados, viudos, divorciados o solteros, parece haber mayores diferencias en los mayores entrevistados. Quienes mayormente dicen conocer bien los espacios en cuestión son los que han permanecido solteros hasta después de los 60 años, 60% de ellos piensan de esta manera. Los casados que piensan lo mismo son el 54.5% y el 46.9% de los viudos y en menor proporción el 41% de quienes están divorciados.

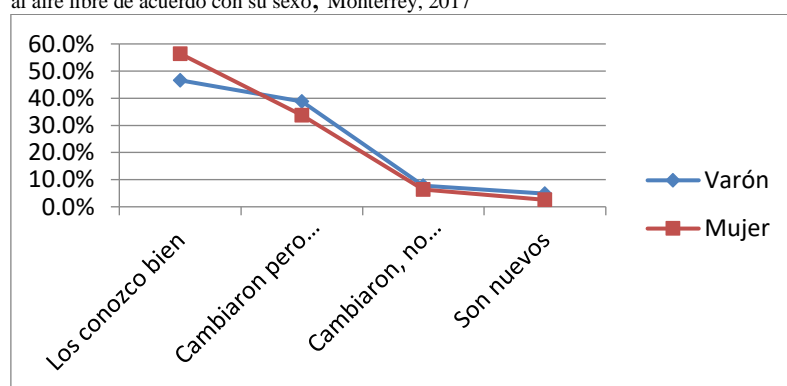
Quienes mayormente piensan que cambiaron, pero a pesar de esto conocen bien los espacios públicos al aire libre en sus barrios son el 43% de los viudos, seguidos por el 38.5% de los divorciados, 34.7% de los casados y únicamente el 16% de quienes permanecieron solteros opinan de esta forma. En mayor porcentaje dicen que cambiaron y por eso no conocen estos espacios son un 12% de los solteros, el 8.6% de los viudos y el 6.2% de los casados, el menor porcentaje de quienes opinan de esta manera son el 5.1% de los divorciados. Ningún soltero piensa que estos espacios son nuevos, el 7.7% de los divorciados si lo perciben así al igual que el 3.7% de los casados y el 3.1% de los viudos.

De acuerdo con el cuadro 3.53 quienes menos piensan que son nuevos son el 2% de las amas de casa, los que creen que los espacios cerca de sus casas han cambiado y no los conocen son el 9.7% de los obreros calificados. Quienes en mayor porcentaje dicen que conocen los lugares en cuestión a pesar de que han cambiado son el 47.6% de los obreros calificados y los funcionarios públicos. Y los que menos piensan así son el 28.6% de los que han sido docentes. 28.6% de aquellos que han sido docentes. Y de estos últimos el 64.3% dicen conocer bien los espacios públicos al aire libre que existen en la proximidad de sus hogares, seguidos por un 56.4% de quienes han sido amas de casa, 54.8% de los que han sido obreros calificados, 47.8% de los profesionistas independientes, y en un

porcentaje muy parecido el 47.6% de los que han ejercido como funcionarios administrativos y en menor porcentaje los que han tenido negocios propios, 42.9%.

Muchos de estas personas han seguido laborando a pesar de que han rebasado la edad de jubilación que es de 65 años, edad a partir de la cual son considerados dependientes. Aunque ellos mismos hayan generado las pensiones que perciben en esta edad o sigan en gran número laborando después de los 65. Se utilizan los términos: mayor, adulto mayor y tercera edad, para las personas mayores de 65 años (IMSERSO. 2011.). El mayor porcentaje, 60.9%, de los pensionados dicen conocer muy bien las áreas que hay para pasear en sus barrios. Al igual el 56.7% de los que atienden sus casas, el 54.3% de los que no trabajan, todas estas personas suelen permanecer más en sus hogares o en la proximidad de estos que el 49.3% de quienes trabajan jornada completa, 42.1% que trabajan media jornada o el 27.6% de quienes laboran percibiendo un salario en otras casas. Quienes menos conocen los mencionados espacios son el 20.7% de las personas que laboran en otros hogares percibiendo un salario y únicamente el 2.3% de los pensionados (ver el cuadro número 3.53.).

Figura 3.66. Distribución de la población de 60 y más años, según la familiaridad de los adultos mayores con los espacios públicos al aire libre de acuerdo con su sexo, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.53. Distribución de la población de 60 y más años, según la familiaridad de los adultos mayores con los espacios para pasear y de acuerdo con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Familiaridad de los adultos mayores con los espacios para pasear cerca de su hogar					
Parámetros		Los conozco bien %	Cambiaron, pero los conozco %	Cambiaron, no los conozco %	Son nuevos %
Sexo	Varón	46.6	38.8	7.8	4.9
	Mujer	56.4	33.8	6.4	2.6
Edad	60 a 74 años	51.2	37.9	6.2	3.7
	75 y más años	53.4	31.4	9.3	3.4
Estado civil	Casado	54.5	34.7	6.2	3.7
	Viudo	46.9	43.0	8.6	3.1
	Divorciado	41.0	38.5	5.1	7.7
	Soltero	60.0	16.0	12.0	0.0
Ocupación	Negocio propio	42.9	40.5	7.1	3.6
	Profesionista independiente	47.8	39.1	7.2	5.8
	Funcionario administrativo	47.6	47.6	2.4	2.4
	Ama de casa	56.4	32.9	8.7	2.0
	Obrero calificado	54.8	32.3	9.7	6.5
	Obrero no calificado	42.9	47.6	4.8	4.8
	Docente	64.3	28.6	0.0	7.1
Laboralmente activo	No trabaja	54.3	27.2	12.0	2.2
	Empleado(a) doméstico	27.6	48.3	20.7	3.4
	Labores del hogar	56.7	40.0	4.4	1.1
	Media jornada	42.1	43.9	7.0	3.5
	Jornada completa	49.3	34.8	5.8	8.7
	Pensionado	60.9	33.3	2.3	3.4

*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Capítulo VI: Ambiente físico-social del entorno público y los adultos mayores

Tan solo hace 100 años la esperanza de vida promedio de los seres humanos era de 40 años (Gutiérrez, 2010), la vejez es el resultado de muchos factores, los avances de la medicina y los avances tecnológicos en general han aumentado la esperanza de vida de la población, la característica general de la etapa del envejecimiento es la pérdida de las características funcionales de las personas, a medida que envejecen, las funciones físicas y mentales van deteriorándose, aumentando la vulnerabilidad ante las enfermedades y la dependencia de los avances médicos, tecnológicos y de los demás miembros de la sociedad y sus instituciones para tener un envejecimiento saludable.

Desde esta perspectiva debemos asumir la necesidad de adecuar el entorno físico social tanto rural como urbano, para que se pueda hacer realidad el envejecimiento activo como pauta de vida de las personas de la tercera edad (CONAPO, 2009). La esperanza de vida en México en el siglo XXI es de 74 años (WHO, 2001a). Anteriormente se tenía la idea de que el envejecimiento era producto únicamente de los procesos biológicos, en la actualidad se sabe que existen factores políticos, como lo son la disponibilidad de servicios de salud adecuados, la implementación de programas que propicien el envejecimiento activo poblacional, los avances tecnológicos entre otros, que determinan la esperanza de vida de una población y que son tan determinantes de un envejecimiento sano como lo es la evolución biológica propia de todos los organismos vivos.

Cuando los adultos mayores son socialmente considerados como dependientes y aún como discapacitados, al observar las adecuaciones de las instalaciones públicas, como lo son los centros deportivos, los adultos mayores están incluidos con los discapacitados, aún sin serlo. Esto resulta desmoralizador para cualquier persona y los adultos mayores son parte de esa sociedad que piensa que la tercera edad es una etapa de discapacidad, así pues, el empezar por reeducar a la sociedad desde la etapa infantil, a fin de cambiar el ambiente social para propiciar a la brevedad posible el envejecimiento activo en México es un buen principio.

La conectividad social, cultural e intelectual debe ser resultado de la adecuación del entorno físico-social que facilite el ejercicio físico y la actividad mental de los adultos mayores (Croucher, 2016). Existen diferentes concepciones de lo que es la incapacidad para moverse en la tercera edad, desde quienes les ponen distancias específicas hasta los que consideran de una forma más abierta que ser capaz de moverse para realizar las actividades que cada uno elija en su diario devenir es la medida para no ser dependiente o discapacitado en la tercera edad. Existen motivadores en el medio social que pueden ser tan determinantes para la movilidad de los adultos mayores como las causas de salud física, también existen factores cognitivos y financieros que deben ser tomados en cuenta al considerar la movilidad de los de 60 y más.

6.1. ¿Cómo prefieren los adultos mayores la consistencia de las superficies en que caminan?

En la figura 3.67 muestra con claridad que la mayor parte de las personas mayores prefieren correr sobre superficies pavimentadas. Los caminos de tierra disminuyen el impacto sobre las articulaciones y si son más o menos lisos, mantienen la estabilidad del pie. En segundo lugar, la mayor parte de las personas de la tercera edad muestran preferencia por caminar sobre el césped. Las diferencias que al respecto expresan hombres y mujeres no son muchas, excepto en lo referente a caminar sobre tierra apisonada, en donde el 22.3% de quienes respondieron son varones y solo un 15.4% de las mujeres expresaron esta preferencia.

De acuerdo con los datos obtenidos que muestra el cuadro 3.54., las personas entre más edad privilegian caminar sobre pavimento, el 63% de los de 60 a 74 lo prefieren y este porcentaje aumenta en los de 75 y más a 75.4%. De forma inversa el 20.5% de las personas de 60 a 74 son quienes prefieren caminar sobre tierra apisonada y este número disminuye a 13.6% en los de 75 y más. De los más jóvenes el 27% prefiere el pasto y solo un 22.9% de quienes tienen 75 y más muestran la misma preferencia. El número de quienes no gustan de salir a caminar es muy pequeño 8.7% de los de 60 a 74 y 5.9% de quienes tienen 75 y más. El estado civil de quienes prefieren caminar sobre pavimento son los solteros, 76% y los que menos son los viudos, 60.2%, de acuerdo con esto vemos que, sin importar el estado civil de los adultos mayores, la mayor parte de las personas de la tercera edad prefieren caminar sobre pavimento.

En cuanto a caminar sobre tierra apisonada, existe un porcentaje, el 8% de los solteros quienes se alejan substancialmente de los otros, el 20.5% de los divorciados, el 18% de los viudos y el 19.8% de los casados respondieron que prefieren caminar sobre tierra apisonada. Los porcentajes de personas mayores que prefieren caminar sobre pasto no difieren mucho respecto a su estado civil, el menor porcentaje es el de quienes son divorciados 20.5% y el mayor porcentaje es el de los casados, 27.3%. Respecto a quienes no gustan de salir a caminar, ningún soltero muestra esta preferencia, de acuerdo con el cuadro 3.54., El 7.4% de los casados, 8.6% de los viudos y 15.4% de los divorciados dicen no gustar de salir a caminar. El 63.1% de las personas que dicen haber laborado la

mayor parte de sus vidas en su propio negocio prefieren caminar sobre pavimento, el 36.9% sobre pasto y el 16.7% sobre tierra apisonada. Esta tendencia, es decir mayormente preferir caminar sobre pavimento es muy parecida a la que muestran los porcentajes de los profesionistas independientes. Los funcionarios administrativos tienen preferencias un tanto diferentes a los dos anteriores, el 69% prefieren salir a caminar sobre pavimento, el 38.1% lo prefieren sobre tierra apisonada, son ellos el mayor porcentaje de quienes prefieren la tierra apisonada, el 19% de ellos prefieren el pasto y en este mismo rubro no existe ninguna persona que no guste de salir a caminar, mientras que el 7.1% de quienes han laborado en negocios propios y el 11.6% de los profesionistas independientes no gustan de salir a caminar. El 70.5% de las amas de casa son el mayor porcentaje de quienes prefieren caminar sobre pavimento, el 13.4% de las amas de casa manifestó preferencia por caminar sobre tierra apisonada, 20.1% sobre pasto.

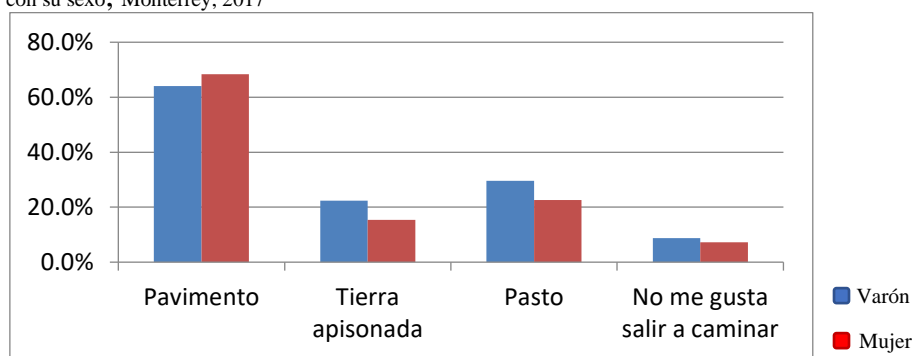
En BBC Mundo se publicó que aún con zapatos deportivos y plantillas especiales, el impacto sobre las articulaciones al correr es significativo, y que se atenúa al caminar sobre tierra (Valery, 2015). Los obreros, calificados o no, prefieren caminar en mayor porcentaje sobre pavimento y tienen preferencias muy similares si se trata de tierra apisonada o pasto, respecto a estos dos últimos materiales no muestran mucha diferencia en sus gustos o preferencias. Solo alrededor de un 9% de ellos no gustan de salir a caminar. Quienes han laborado como docentes muestran disparidades en los porcentajes, el 78.6% prefieren el pavimento, 0% la tierra apisonada, un 28.6% sobre pasto y el 21.4% de ellos son el mayor porcentaje de quienes no gustan de salir a caminar. Un porcentaje muy alto de quienes están pensionados, el 72.4% de ellos, prefieren caminar sobre pavimento, el 24.1% optan por caminar sobre pasto y el 19.5% sobre tierra apisonada. El 6.9% de quienes están pensionados no gustan de salir a caminar. El porcentaje más alto, 24.1%, de quienes prefieren caminar sobre tierra apisonada son quienes laboran ayudando en casa y reciben por ello un salario. El mayor porcentaje de quienes laboran por un salario ayudando en casa, el 55.2%, prefieren al igual que el resto de la población mayor de edad, caminar sobre pavimento. El 31% privilegian caminar sobre pasto y solo 3.4% de este segmento poblacional, no gustan de salir a caminar.

También es muy alto el porcentaje de quienes laboran atendiendo su casa, 78.9%, que prefieren caminar sobre pavimento, 22.2% opta por caminar sobre pasto, 10% en tierra apisonada y solo 5.6%, no gustan de salir a caminar. Debemos recordar que el

sentirse necesario, sentirse necesitado por sus familiares es uno de los mejores predictores de un proceso de envejecimiento sano (Serrano, 2013), Algunas veces las labores del hogar no son consideradas como un trabajo, por eso la mayor parte de las mujeres que en el Área Metropolitana de Monterrey trabajan en sus hogares dicen que “no trabajan”. En muchas ocasiones los abuelos se ocupan de algunas labores del hogar, como hacer las compras, pequeñas reparaciones y cuidar a los nietos. Esto es muy saludable, siempre que sea reconocido y valorado, todas estas labores redundan en beneficios no únicamente interrelacionales, sino económicos en las familias, permiten a las parejas poder estar laborando fuera de casa sin requerir de auxilio de personas a quienes se debe pagar para que realicen las labores que pueden ser realizadas por las personas mayores como cuidadores de los miembros de la familia que permanecen en casa y de algunos de los cuidados que esta necesita.

Quienes laboran fuera de casa muestran la misma preferencia por caminar sobre pavimento, el 64.9 % de quienes laboran media jornada y el 63.8% de los que laboran jornada completa lo prefieren así, el 21.1% y el 21.7% respectivamente, desean caminar sobre tierra apisonada. Sin embargo, existe una diferencia porcentual considerable entre quienes laboran media jornada, el 43.9% y los que laboran jornada completa, 29%, que prefieren caminar sobre pasto. También, aunque son porcentajes pequeños de estas poblaciones, existe una diferencia de aproximadamente el 50% de quienes laboran media jornada, 5.3% y aquellos que laboran jornada completa 10.1%, que prefieren no salir a caminar (ver cuadro 3.54).

Figura 3.67. Distribución de la población de 60 y más años, según prefieren la constitución de las superficies para caminar de acuerdo con su sexo, Monterrey, 2017



*Pregunta multirrespuesta. Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.54. Distribución de la población de 60 y más años, según prefieren la constitución de las superficies para caminar de acuerdo con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Material sobre el que prefieren caminar					
Parámetros		Pavimento %	Tierra apisonada %	Pasto %	No me gusta salir a caminar %
Sexo	Varón	64.1	22.3	29.6	8.7
	Mujer	68.4	15.4	22.6	7.3
Edad	60 a 74 años	63.0	20.5	27.0	8.7
	75 y más años	75.4	13.6	22.9	5.9
Estado civil	Casado	69.4	19.8	27.3	7.4
	Viudo	60.2	18.0	25.8	8.6
	Divorciado	61.5	20.5	20.5	15.4
	Soltero	76.0	8.0	24.0	0.0
Ocupación	Negocio propio	63.1	16.7	36.9	7.1
	Profesionista independiente	68.1	21.7	30.4	11.6
	Funcionario administrativo	69.0	38.1	19.0	0.0
	Ama de casa	70.5	13.4	20.1	6.7
	Obrero calificado	58.1	22.6	22.6	9.7
	Obrero no calificado	47.6	28.6	23.8	9.5
	Docente	78.6	0.0	28.6	21.4
Laboralmente activo	No trabaja	59.8	19.6	16.3	12.0
	Empleado(a) doméstico	55.2	24.1	31.0	3.4
	Labores del hogar	78.9	10.0	22.2	5.6
	Media jornada	64.9	21.1	43.9	5.3
	Jornada completa	63.8	21.7	29.0	10.1
	Pensionado	72.4	19.5	24.1	6.9

*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

6.2. La percepción que tienen los adultos mayores que viven en el Área Metropolitana de Monterrey acerca del barrio en que viven

Existen dos dimensiones que determinan el entorno social: el físico y social. Muchos los han unido en una sola la dimensión físico-social de los espacios urbanos. Ambos se encuentran estrechamente unidos. Por un lado, los espacios físicos, construidos o naturales, que determinan el uso que de ellos hacen los ciudadanos (Serrano, 2013).

En las respuestas se observa una opinión positiva respecto a la imagen que los adultos mayores encuestados tienen del entorno de su barrio. Sin embargo, no debemos perder de vista que en ningún caso las respuestas positivas exceden al 50% de la población, aunque se dio a los encuestados la posibilidad de elegir varias opciones de las respuestas que se ofrecieron a la pregunta planteada ¿Cómo es el paisaje de su barrio?

Las respuestas que muestran el cuadro 3.55 dan un panorama general de la opinión que las personas de 60 y más tienen acerca del barrio en que habitan en el Área Metropolitana de Monterrey. La opinión del 47% de las mujeres, es que es agradable y la del 44.9% es que es limpio. Un 35.9% piensan que es familiar y el 17.5% que su barrio es un lugar con apariencia verde. Todos estos porcentajes corresponden a las opciones que representan una imagen positiva del lugar en que habitan ellas. Sin embargo, cabe la duda de porqué el resto de las respuestas de cada rubro son mayores que las respuestas positivas. En el caso de los varones en los casilleros de respuesta positiva opinan el 45.6% que es agradable, muy ligeramente menor que el porcentaje de mujeres que eligieron esa respuesta, también es muy poco la diferencia entre los porcentajes de los varones, 40.8%, que piensan que su barrio es limpio, con respecto al de las mujeres, 44.9%, lo negativo es que alrededor del 55% restante no lo consideran así.

Lo mismo sucede con la familiaridad con que ven su barrio, los porcentajes de varones y mujeres que consideran que su barrio les resulta familiar son el 32% en el caso de los varones y en el de las mujeres es ligeramente mayor, 35.9%, cabe preguntar ¿a aproximadamente el 70% de la población sus barrios no les resultan familiares? Respecto a las respuestas que tienen connotaciones negativas, resalta lo siguiente: en todos los

rubros negativos los porcentajes son muy bajos, pero si se cotejan los resultados no son tan positivos como podría parecer a simple vista. Los varones que consideran que es limpio son el 40.8%, en contraparte los que lo definen sucio son 10.7%, en total suman 51.5% de los varones, ¿qué opinan el 48% restantes si tenían la opción de elegir varias respuestas? Lo mismo ocurre con la población femenina, el 44.9% opinan que el lugar en que viven es un barrio limpio y 10.7% que es sucio, ¿qué opina el 44.4% restante? respecto a si el lugar en que habitan es gris o verde la diferencia es más preocupante. El 18.9% de los varones opinan que es verde y el 8.3% lo ven gris, ¿qué opinión tienen los demás? El 17.5% de las mujeres opinaron que es verde y 8.1% que es gris esto suma el 25.6% de las mujeres encuestadas, ¿cómo ven su barrio las 74?4% restantes? Lo mismo ocurre con el 45.6% de varones, que lo consideran agradable y el 3.4% que piensan que es desagradable, falta la opinión del 51% de varones. De las mujeres el 47% lo definen agradable y .9% desagradable falta la opinión del 52.1% de las mujeres.

Este mismo caso se repite al cuestionarlos respecto así su barrio les resulta familiar o si lo ven extraño. Solo 2.6% de las mujeres lo considera extraño y el 35.9% lo considera familiar, de los varones el 3.4% lo define extraño y el 32% lo concibe familiar. En ambos casos cerca del 65% no opinaron al respecto (ver figura 3.68. y cuadro 3.55). Tal vez, si los espacios públicos al aire libre del Área Metropolitana de Monterrey fueran más adecuados a las necesidades de los mayores, el grado de satisfacción respecto al barrio en que habitan sería mayor. Esto es trabajo de las instancias responsables de dichos espacios para lograr el bienestar de este creciente sector poblacional.

El asegurar que los mayores tengan la oportunidad de tener acceso a lugares adecuados para llegar a la tercera edad y tener posibilidad de obtener los bienes de consumo en los de 60 y más y a quienes en el futuro arribarán a esta época de la vida es una tarea institucional (Lee, 2006). Respecto a la diferencia de edades de los adultos mayores, las diferencias más notables entre quienes tienen entre 60 y 74 años y los que tienen 75 y más son: de los más jóvenes, el 35.7% consideran su barrio familiar y es menor, 29.7% quienes opinan de esta manera y pertenecen al grupo de 75 y más también existe una diferencia perceptible entre el 44.4% de los de 60 a 74 años que opinan que su barrio es agradable y el 51.7% de los de 75 y más que piensan de esta manera. Del primer grupo, es decir los de 60 a 74 años 44.7% consideran que su barrio es limpio y únicamente 38.1% de los del segundo grupo de edad, que son los de 75 y más opinan de igual manera.

Si realizamos este análisis respecto al estado civil de los mayores los resultados más relevantes serían: el 40% de los solteros son el porcentaje mayor de quienes opinan que su barrio es limpio y el menor porcentaje es el de los divorciados 33.3%. Las diferencias son más marcadas entre quienes consideran que su barrio es sucio; el mayor porcentaje de quienes opinan de esta manera son el 28% de los solteros, seguidos por el 13.3% de quienes son viudos, 10.3% de los divorciados únicamente el 7.9% de los casados. Los que piensan que el paisaje de sus barrios es verde son alrededor del 19% de la población de casados, viudos y divorciados y es menor el porcentaje de los solteros que lo consideran así, solo el 12%.

Quienes opinan que viven en un barrio de aspecto gris son el 15.4% de los divorciados y el menor porcentaje de quienes expresaron esta opinión son el 4% de los solteros. El 36% de estos últimos también consideran que su barrio es agradable, siendo más bajo de quienes creen de esta manera: alrededor del 46% de los demás grupos piensan de esa forma. Los porcentajes de mayores que opinan que el barrio en que viven es desagradable son muy bajos el más alto es el 4% de los solteros y el más bajo el de los divorciados ya que ninguno de ellos manifestó que así lo fuera. Quienes dicen sentirse más familiarizados con el entorno que rodea el lugar en que habitan son los el 38% de los casados, seguidos por el 34.4% de los viudos, el 25.6% de los divorciados y el número más pequeño está representado por el 12% de los solteros. Quienes mayormente lo consideran extraño son el 5.1% de los divorciados siendo aun así un grupo porcentualmente muy pequeño.

Si se considera la opinión de los mayores respecto a la labor que realizaron la mayor parte de sus vidas, se observan diferencias de mayor consideración. Quizá debido a que la manera en que las personas construyen el concepto que tienen respecto a cómo perciben su entorno, no es neutro, sino que está influenciado por una serie de componentes socioculturales cargados por elementos de poder y lucha de intereses (Flores, 2010), actualmente la sociedad a nivel mundial enfrenta el doble reto de lograr, por una parte, el bienestar y desenvolvimiento de los integrantes de la sociedad y por otro lograr sostener el equilibrio de los ecosistemas. Ambos se entrelazan y se integran de maneras innumerables, no se puede descuidar uno sin afectar al otro. No se puede descuidar a la población de mayores sin afectar a las generaciones más jóvenes. Si estos últimos deben

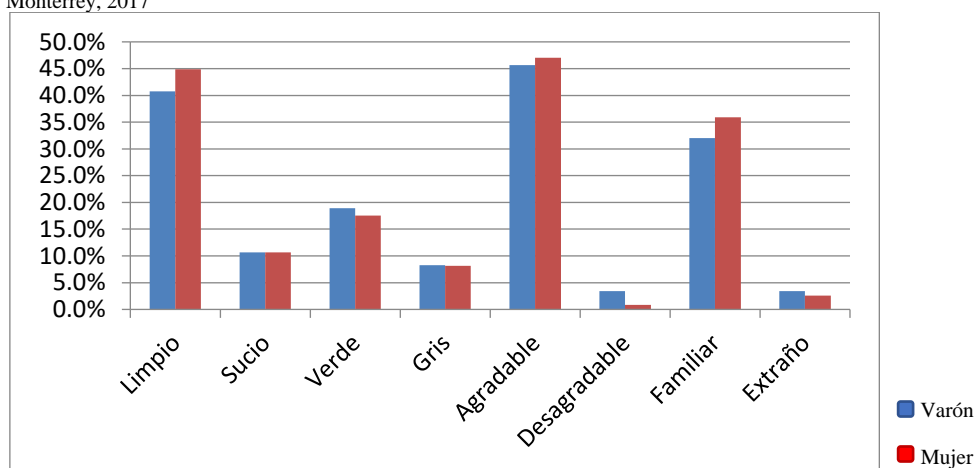
hacerse cargo de los adultos mayores cuando estos incursionan en los espacios públicos al aire libre del entorno urbano y la tendencia general es al envejecimiento poblacional, tarde o temprano esto resulta en una carga social para las jóvenes generaciones y en una limitante que genera una tendencia al aislamiento de los mayores. El cuadro 3.55 evidencia que quienes han laborado en ocupaciones que requieren un mayor grado de conocimientos académicos, es decir un mayor grado de cultura, son quienes viven en barrios más limpios: los que han laborado como docentes son el mayor porcentaje de quienes dicen vivir en entornos limpios, 57.1%, de los docentes encuestados opinan de esta manera en cambio el menor número de quienes habitan en barrios limpios son los obreros no calificados, 19%. También son el 21.4% de los docentes, compartido con igual porcentaje de funcionarios administrativos quienes viven en barrios verdes y solo el 9.5% de los obreros no calificados viven en lugares así. También son los docentes, 57.1%, y en igual porcentaje aquellos que tienen negocio propio opinan que viven en un barrio agradable y solo el 28.6% de los obreros no calificados dicen que su barrio es agradable.

La opinión de quienes piensan que su barrio está sucio son en mayor porcentaje funcionarios públicos, 19%. Quizá tienen mayor conciencia de cómo debe estar hecha la limpieza y solo el 3.2% de los obreros calificados lo perciben de esta manera. Son también el 3.2% de los obreros calificados los que en menor porcentaje opina que su barrio es gris y el mayor número de quienes opinan de esta manera son los profesionistas independientes. Los porcentajes de los que opinan que viven en un lugar desagradable son poco significativos, el mayor número es de quienes viven en un lugar desagradable, el 4.8% de sujetos que han laborado como obreros calificados. Quienes están más familiarizados con su barrio son el 50% de los docentes y menos el 19% de los obreros calificados. Se ha mencionado que quienes consideran que su barrio les resulta extraño son un porcentaje muy pequeño de cada rubro de población analizado desde el punto de vista laboral, el 4.8% de los obreros no calificados son el mayor porcentaje que consideran que su barrio les parece extraño y también son un número muy poco significativo. Para finalizar con el análisis de los datos arrojados en el cuadro 3.55 se considera la actual situación laboral de quienes fueron encuestados. El mayor porcentaje que consideran que su barrio les resulta extraño son quienes en teoría están menos en él, son el 5.8% de sujetos que laboran jornada completa, pero aun así son un porcentaje poco considerable. La mayor cifra de aquellos a quienes les resulta familiar labora media jornada: 40.4%, quizá porque tienen oportunidad de dos cosas: por un lado, al trasladarse diariamente a sus

labores, incursionan en su barrio y por otro tienen la posibilidad de interactuar en el puesto que la mitad de la jornada, tienen oportunidad de permanecer en sus hogares. Son ellos también el mayor porcentaje que piensan que su barrio es desagradable: 3.5%.

Los que mayormente piensan que su barrio es agradable son los pensionados, si bien también eran los docentes quienes son el mayor porcentaje que opinan de esta manera, el mayor número de las personas pensionadas fueron han sido docentes buena parte de su vida laboral. El mayor porcentaje de quienes piensan que su barrio es gris son el 10.3% de quienes ayudan en casa como una actividad remunerada, probablemente porque perciben la diferencia entre su casa y la casa en que laboran, que generalmente pertenece a personas que reciben mayores ingresos que ellos y que por lo tanto tienen acceso a viviendas que se localizan en barrios mejor habilitados. El mayor porcentaje de personas que viven en un barrio y lo percibe como verde son el 24.6% de quienes laboran media jornada después de los 60 años, y el menor porcentaje los que viven en entornos verdes no trabajan, 15.2%. Ante el rubro anterior aquellos que laboran jornada completa tienen menos recursos y que por lo mismo viven en lugares menos equipados, por lo cual no son verdes en menor proporción y a la vez son los más sucios, el 15.9% de quienes laboran jornada completa dicen que viven en un barrio sucio. Un mayor porcentaje de la población en general vive en barrios limpios, el mayor número de quienes viven así son el 47.4% que laboran en casa por una remuneración. Y el menor, un 33.3%, es el de los que trabajan jornada completa después de los 60 años (ver cuadro 3.55.).

Figura 3.68. Distribución de la población de 60 y más años, según la manera en que perciben su barrio en relación con su sexo, Monterrey, 2017



*Pregunta multirresposta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.55. Distribución de la población de 60 y más años, según la manera en que perciben su barrio en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Percepción de sus barrios que tienen los mayores.									
Parámetros		Limpio %	Sucio %	Verde %	Gris %	Agradable %	Desagradable %	Familiar %	Extraño %
Sexo	Varón	40.8	10.7	18.9	8.3	45.6	3.4	32.0	3.4
	Mujer	44.9	10.7	17.5	8.1	47.0	.9	35.9	2.6
Edad	60 a 74 años	44.7	10.6	17.1	8.7	44.4	1.9	35.7	2.8
	75 y más años	38.1	11.0	21.2	6.8	51.7	2.5	29.7	3.4
Estado civil	Casado	46.3	7.9	19.0	7.0	47.9	1.7	38.0	2.1
	Viudo	39.8	13.3	18.0	9.4	45.3	3.1	34.4	3.9
	Divorciado	33.3	10.3	20.5	15.4	46.2	0.0	25.6	5.1
	Soltero	40.0	28.0	12.0	4.0	36.0	4.0	12.0	4.0
Ocupación	Negocio propio	44.0	10.7	17.9	8.3	57.1	2.4	31.0	2.4
	Profesionista independiente	49.3	8.7	20.3	10.1	50.7	4.3	34.8	2.9
	Funcionario administrativo	42.9	19.0	21.4	4.8	50.0	0.0	23.8	2.4
	Ama de casa	41.6	10.7	14.1	8.7	42.3	1.3	38.9	2.0
	Obrero calificado	51.6	3.2%	12.9	3.2	38.7	0.0	25.8	3.2
	Obrero no calificado	19.0	14.3	9.5	4.8	28.6	4.8	19.0	4.8
	Docente	57.1	14.3	21.4	7.1	57.1	0.0	50.0	0.0
Laboralmente activo	No trabaja	51.1	10.9	15.2	7.6	46.7	3.3	33.7	3.3
	Empleado(a) doméstico	51.7	13.8	20.7	10.3	24.1	0.0	31.0	0.0
	Labores del hogar	36.7	6.7%	20.0	4.4	46.7	1.1	37.8	1.1
	Media jornada	47.4	10.5	24.6	7.0	47.4	3.5	40.4	0.0
	Jornada completa	33.3	15.9	15.9	7.2	46.4	1.4	29.0	5.8
	Pensionado	44.8	6.9	18.4	9.2	54.0	2.3	35.6	4.6

*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

6.3. Las aceras de los espacios públicos

En distintos estudios (AARP, 2014) se menciona que las personas que viven en vecindarios con aceras caminan un 49% más que quienes habitan en barrios sin aceras, y que quienes viven en barrios con aceras son propensos a caminar alrededor de 39 minutos diarios. Al incrementarse la cantidad de personas que transitan por las aceras de un barrio este se convierte en un lugar más seguro, puesto que está a la vista de más personas. Así mismo por medio de las aceras se fomenta la interrelación de las personas que habitan en los vecindarios que las poseen. También en estos lugares se mejora la conectividad de los espacios en que las personas mayores realizan sus actividades cotidianas facilitando el traslado de estas de manera independiente. Las aceras bien dimensionadas y acondicionadas propician que las personas se detengan en ellas a platicar y descansar. Sin embargo, las aceras que están inadecuadamente dimensionadas fomentan el hacinamiento y la agresividad de los paseantes, al verse en la necesidad de defender constantemente su espacio personal.

La falta de mantenimiento de las aceras propicia que haya agujeros en las mismas, lo cual provoca un gran porcentaje de las caídas sufridas por los adultos mayores, al igual que la falta de iluminación de estas, si se suman a la deficiencia visual propia de la mayor parte de las personas mayores se crea una negativa combinación. Se sabe que las aceras deben estar provistas de texturas que eviten resbalar y estar libres de obstáculos, tanto los presentados por un pavimento con bordos y posos, como los constituidos por árboles o equipamiento urbano mal ubicados (Wright, 2001). El hecho de que las banquetas estén provistas de árboles provee espacios mejor oxigenados y de sombras que resguardan del sol. Igualmente está comprobado que el estar en contacto con las áreas verdes mejora el estado mental y físico de quienes tienen acceso a ellas. Sin embargo, las aceras deben ser pensadas de manera que propicien la conservación de los árboles a la vez que los ubiquen en los lugares adecuados para que no se conviertan en obstáculos.

Lo mismo sucede con el equipamiento urbano, el proveer a las avenidas principales con bancas y áreas adecuadas para abordar el transporte urbano, facilita la caminabilidad de las personas que forman parte de los grupos vulnerables, como lo son las personas con discapacidades, embarazadas, niños y adultos mayores. Sin embargo, estos

equipamientos al igual que el resto de aquellos como arbotantes, semáforos postes de señalamiento, deben estar estratégicamente ubicados y adecuadamente diseñados, ya que, de lo contrario lejos de constituir una ayuda, se convierten en obstáculos para su utilización. Las aceras deben estar provistas de rampas que faciliten el acceso a las mismas por todas las personas de la comunidad, y dichas rampas deben tener la textura adecuada para evitar que las personas resbalen al acceder a ellas, así como evitar que las personas que utilizan tacones angostos o bastones queden atrapadas en ellas. Por otra parte, las rampas deben ser inclusivas, para lo cual deben ser suficientemente anchas para poder acceder con facilidad a ellas aún en sillas de ruedas y acompañados por personas que auxilian a quienes lo necesitan al movilizarse a través de ellas. Así mismo, deben planearse los accesos de los automóviles a través de ellas de manera que no constituyan un peligro para los peatones que en ellas transitan.

En la opinión de los adultos mayores del Área Metropolitana de Monterrey, la percepción que tienen de las aceras de sus barrios es: en el 40.3% los varones las aceras son amplias y el 30.1% al contrario piensa que son angostas. Lo interesante es que el 29.6% no opinaron al respecto. En cuanto a las mujeres Son más quienes opinan que son angostas, 38.9%, y el 37.6% piensan que son amplias, el 23.5%, no opina nada al respecto. Son más los varones que opinan que las calles son muy altas, 18.9%, el 15% de las mujeres viven en espacios en que las aceras son muy altas. Quienes afirman que las banquetas tienen una forma inadecuada para poder subir a ellas fueron el 11.2% de los varones y el 11.5% de las mujeres. Sin embargo, quienes las consideran adecuadas para pasear en ellas utilizando bastón andadera o silla de ruedas, son muy pocos.

El 6.8% de los varones opinan que su forma es adecuada para utilizar bastón al caminar por ellas, el 4.9% piensan que son adecuadas para caminar utilizando andador, y el 3.5% que son buenas para andar por ellas en silla de ruedas, es decir solamente el 15.1% de la población de varones considera las aceras del Área Metropolitana de Monterrey adecuadas para personas que necesitan apoyo de algún objeto para caminar en ellas. En cuanto a las mujeres; 8.5% las considera adecuadas para utilizar bastón al caminar en ellas 3% para utilizar andador y el 2.1% las considera positivas para pasear en ellas en silla de ruedas, es decir que únicamente 13.6% de las mujeres piensa que las aceras del Área Metropolitana de Monterrey son adecuadas para que pasen en ellas quienes tienen que utilizar algún objeto para auxiliarse cuando caminan. Esto podría ser un fuerte

indicador de porque es muy poco común ver a los adultos mayores solos en los espacios públicos al aire libre del Área Metropolitana de Monterrey (Ver figura 3.69. y cuadro 3.66). Por otra parte, en el análisis del cuadro 3.66., se observa que el porcentaje de quienes consideran que las aceras son muy altas son 18.6% de quienes tienen 75 años y más, y este número disminuye a 16.1% en los que tienen entre 60 y 74. Los porcentajes no varían mucho en la opinión que tienen uno u otro grupo de edad (ver cuadro 3.66). En este mismo cuadro se observa que la diferencia de opinión respecto a las aceras de sus barrios muestra un poco más de variaciones si se analizan los datos de la encuesta respecto al estado civil de las personas mayores. El 19% de las personas casadas opinan que las aceras son muy altas, asimismo el 17.2% de los viudos el 8% de los casados y el 7.7% de los divorciados. El 44% de los solteros afirma que son muy angostas, al igual que el 34.4% de los viudos, el 33.5% de los casados y 31 33.3% de los divorciados. El 44% de los solteros también opina que son amplias y piensan de la misma manera el 41.4% de los viudos, el 37.6% de los casados y el 35.9% de los divorciados.

El mayor porcentaje de quienes opinan que la forma de las banquetas es inadecuada para subir a ellas son el 13.3% de los viudos, 12.4% de los casados, 5.1% de los divorciados y en menor cantidad los solteros con un 4%. El 17.9% de los divorciados es el mayor porcentaje de quienes opinan que las aceras son adecuadas para caminar en ellas utilizando bastón, 9.4% de los viudos afirman lo mismo, 6.2% de los casados y ninguno de los solteros. El porcentaje disminuye entre quienes opinan que las aceras de su barrio son adecuadas para caminar en ellas con el auxilio de un andador, los que consideran adecuadas sus aceras para utilizarlos son el 8% de los solteros, 5.1% de los divorciados, 4.1% de los casados y 2.3% de los viudos. Los porcentajes de quienes viven en barrios con aceras adecuadas para transitar en ellas en silla de ruedas son el 3.3% de los casados, 2.6% de los divorciados, 2.3% de los viudos y ninguno de los solteros.

El estado de las aceras del entorno urbano afecta la caminabilidad de las mismas, sobre todo para las personas mayores que aparte muestran alguna discapacidad física o mental. Otro de los grandes problemas que presentan las aceras es que además de las inadecuaciones que ya se han señalado, muchas veces se encuentran obstruidas por vendedores ambulantes. Tal es el caso de la Ciudad de México y de varias de las banquetas de las zonas del centro de Monterrey (Bárcenas, 2015). Si centramos la atención en los aspectos ocupacional y laboral de los adultos mayores encuestados,

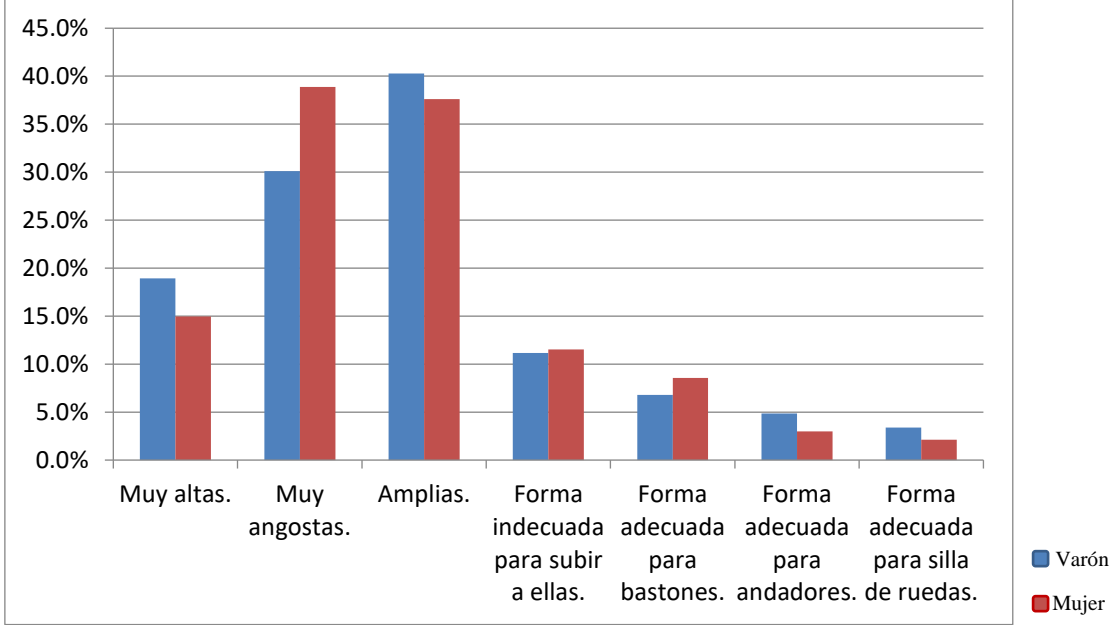
también existen diferencias en la configuración de las aceras de acuerdo con los barrios en que se localizan. Así el 38.1% de los obreros no calificados viven en barrios en que las aceras son muy altas y solo el 9.5% de quienes han laborado en negocios propios tienen este problema.

Los porcentajes más altos de quienes opinan que las aceras de sus barrios son adecuadas para transitar por ellas en silla de ruedas son el 6% de quienes laboran en negocios propios y el 6.5% de los obreros calificados. El 9.7% de los obreros calificados son también quienes consideran que las aceras de sus barrios son adecuadas para caminar por ellas con andador y el mayor porcentaje de los que habitan en lugares con banquetas adecuadas para caminar por ellas utilizando bastón son el 9.5% de los que han laborado como funcionarios administrativos. El 16.1% de los obreros calificados consideran que las aceras de sus barrios tienen una forma inadecuada para subir a ellas, al igual que el 14.3% de quienes tienen negocio propio y el 12.8% de personas que trabajan como amas de casa (ver cuadro 3.66.). Las diferencias en los porcentajes de acuerdo con la situación laboral de los de 60 y más, es más marcada.

La mayor parte que consideran que las aceras son muy altas son el 31% de las personas que laboran ayudando en casa de manera remunerada, seguidas por el 21.8% de quienes ya están pensionados, 17.4% no trabajan, 14.8% atienden su casa, 13% trabajan jornada completa y por último los que laboran media jornada, el 8.8% de estos opinan que las aceras de sus barrios son muy altas. El mayor porcentaje de quienes viven en barrios con banquetas angostas son el 44.9%, los que trabajan jornada completa seguidos por el 44.8% de quienes ayudan en casa por un salario remunerado y el menor porcentaje que opinan de esta manera son el 30.4% de los que no trabajan. El 49.1% de los que laboran media jornada, son el mayor porcentaje de quienes habitan en barrios con aceras amplias, y el menor son el 13.8% son los que ayudan en casa y perciben por ello un salario. Son también estas últimas personas quienes tienen el mayor porcentaje, 24.1%, que opinan que las banquetas del lugar en que habitan tienen forma inadecuada para subir a ellas y los que menos tienen este problema son el 4.3% de los que laboran jornada completa. El 12% de los que no trabajan son el mayor porcentaje que tienen aceras adecuadas para caminar con bastón en la cercanía de sus hogares y el mayor porcentaje que piensan que las aceras de sus barrios son adecuadas para caminar con andadores son el 7.2% de los que laboran jornada completa y el 6.5% de los que no trabajan son el

porcentaje más grande de quienes opinan que las aceras de sus barrios son adecuadas para utilizar en ellas silla de ruedas (ver cuadro 3.66.).

Figura 3.69. Distribución de la población de 60 y más años, según perciben las aceras de sus barrios, en relación con su sexo, Monterrey, 2017



*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.56. Distribución de la población de 60 y más años, según perciben las aceras de sus barrios, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

LAS ACERAS DE LOS BARRIOS, EN LA PERCEPCIÓN DE LOS ADULTOS MAYORES.								
Parámetros		Muy altas. %	Muy angostas. %	Amplias. %	Forma inadecuada para subir a ellas. %	Forma adecuada para bastones. %	Forma adecuada para andadores. %	Forma adecuada para silla de ruedas. %
Sexo	Varón	18.9	30.1	40.3	11.2	6.8	4.9	3.4
	Mujer	15.0	38.9	37.6	11.5	8.5	3.0	2.1
Edad	60 a 74 años	16.1	35.1	40.1	10.9	7.8	4.0	2.8
	75 y más años	18.6	33.9	35.6	12.7	7.6	3.4	2.5
Estado civil	Casado	19.0	33.5	37.6	12.4	6.2	4.1	3.3
	Viudo	17.2	34.4	41.4	13.3	9.4	2.3	2.3
	Divorciado	7.7	33.3	35.9	5.1	17.9	5.1	2.6
	Soltero	8.0	44.0	44.0	4.0	0.0	8.0	0.0
Ocupación	Negocio propio	9.5	33.3	40.5	14.3	7.1	4.8	6.0
	Profesionista independiente	11.6	37.7	39.1	11.6	8.7	4.3	1.4
	Funcionario administrativo	23.8	38.1	33.3	4.8	9.5	2.4	2.4
	Ama de casa	18.8	40.3	34.9	12.8	7.4	3.4	1.3
	Obrero calificado	22.6	16.1	51.6	16.1	3.2	9.7	6.5
	Obrero no calificado	38.1	19.0	33.3	9.5	4.8	0.0	4.8
	Docente	14.3	35.7	42.9	7.1	7.1	7.1	0.0
Laboralmente activo	No trabaja	17.4	30.4	39.1	12.0	12.0	6.5	6.5
	Empleado(a) doméstico	31.0	44.8	13.8	24.1	6.9	0.0	0.0
	Labores del hogar	14.4	42.2	38.9	11.1	5.6	1.1	0.0
	Media jornada	8.8	31.6	49.1	8.8	3.5	3.5	1.8
	Jornada completa	13.0	44.9	34.8	4.3	7.2	7.2	0.0
	Pensionado	21.8	23.0	43.7	14.9	8.0	2.3	4.6

*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

6.4. La señalética urbana en la opinión de los adultos mayores

Instalar el señalamiento adecuado en el medio urbano, es únicamente una parte del quehacer de los responsables de éste. Por desgracia los actos vandálicos, el efecto del medio ambiente y el paso del tiempo, son el origen de la necesidad de mantenimiento de los elementos que constituyen el señalamiento en las zonas urbanas. Así mismo, requieren de un adecuado control para ser significativas en medio de la multitud de mensajes que se manejan en el contexto urbano y que muchas veces, como en el caso del Área Metropolitana de Monterrey, degeneran en una contaminación visual de tal magnitud que hace imposible el ser utilizadas asertivamente por los ciudadanos, aún por aquellos que tienen muchos años viviendo en las zonas urbanas.

Por otra parte, muchas veces son ignorados los cánones internacionales a la hora de implementar los señalamientos, lo que desencadena una confusión en la interpretación de los mensajes que deben transmitir. Tal es el caso de la substitución de las luces de los semáforos en que se altera la forma u orden de los colores previamente establecidos conforme a códigos utilizados a nivel mundial. El tamaño de las letras, el contraste entre los colores de fondo y el de las letras, el tipo de letras utilizadas, la colocación oportuna de las mismas y su emplazamiento en lugares visibles, son algunos de los problemas que deben resolverse para ser adecuadas para realizar la función que les está asignada (Hernández, 2011). En la opinión del 57.3% los mayores (ver figura 3.70. y cuadro 3.57.), tanto varones como mujeres que habitan en Monterrey, los señalamientos que existen en sus barrios son fáciles de entender.

Si se suma este porcentaje de varones con el 14.1% de los mismos que opinan que no se entienden suman un 71.4%, ¿qué opinan el 28.6% restantes? Es el mismo caso de las mujeres, 11.1% piensan que no se entienden, sumadas con el 57.3% que afirman que, si se entienden, suman el 68.4% de las mujeres, ¿qué opinan el otro 31,6%? En el resto de los rubros que se evaluaron los porcentajes de las respuestas positivas son bajos. El 18.4% de varones y el 17.5% de mujeres piensan que nadie los respeta. 13.1% de los varones y 8.1% de las mujeres asumen que todos los respetan. Asimismo 10.2% de varones y 10.7% de mujeres dicen que en sus barrios no existen señalamientos. Las diferencias que existen en la opinión de quienes tienen entre 60 y 74 años y los que tienen

75 y más respecto a las características de los señalamientos que existen en sus barrios no muestra grandes variaciones de un grupo de edad a otro. De acuerdo con el cuadro 3.57., los adultos mayores de ambos grupos de edad, el 57.8% de los de 60 a 74 y el 55.9% de los de 75 y más opinan que los señalamientos de sus barrios son fáciles de entender. La mayor parte de quienes opinan que nadie los respeta, 19.3% o que no se entienden son los más jóvenes. Y la mayor diferencia entre lo que opinan ambos grupos es respecto a la existencia de señalamientos, 14.4% de quienes tienen 75 y más y únicamente el 9% de los de 60 a 74.

Si abordamos el problema de los señalamientos desde la perspectiva del estado civil de los mayores, el estado civil de los adultos mayores arroja diferencias significativas en cuanto a su bienestar (Carmona, 2009). Los adultos mayores casados evidencian un mayor grado de bienestar frente los solteros, divorciados o viudos, con respecto a la manera en que estas personas perciben los señalamientos de su barrio. Los porcentajes (ver cuadro 3.57.) son: 60.3% de quienes están casados, 55.5% viudos, 48.7% divorciados, y 48% de los solteros, opinan que el mensaje que pretenden transmitirles los señalamientos que existen en el entorno del barrio en que habitan es fácil de entender. De quienes afirman que no se entienden, el mayor porcentaje es el 16% de los solteros y el menor el 10.9% de los viudos. Son mayores los porcentajes de quienes piensan que en su barrio la gente no respeta los señalamientos: 20.5% de los divorciados, 20% de los solteros, 19.4% de los casados y el menor porcentaje de quienes dicen que existe este problema, son el 14% de los viudos. También el 20% de los solteros piensan que todos respetan los señalamientos, si el 20% dicen que los respetan e igual número dicen que nadie los respeta, ¿Qué opinan el 60% restante?

Quienes habitan en espacios en que no existen señalamientos son el 16.4% de los viudos, seguidos por el 12.8% de los viudos, 8% solteros y 7.4% casados. También en el cuadro 3.57., aparece el enfoque de las personas de la tercera edad respecto a la señalética de su barrio, desde el punto de vista de la ocupación que ejercieron durante la mayor parte de su vida.

Para los adultos mayores el retiro de sus actividades laborales conduce al aislamiento social, y está supeditada a una etapa de dependencia e improductividad, esto debido en gran parte a la edad que arbitrariamente se ha asignado para cesar la etapa laboral. Esto

es contradictorio, pues para los adultos mayores representa una pérdida de su autoestima, para los familiares que de una u otra manera necesitan de su ayuda, no únicamente dejan de percibirla, sino aparte deben aportar en muchos casos para el sostenimiento de las personas de la tercera edad. La adecuada implementación de la señalización urbana debe contemplar la manera en que, por sus tradiciones y herencia cultural, las personas de la tercera edad perciben estos importantes elementos del mobiliario urbano (Meléndez, 1998).

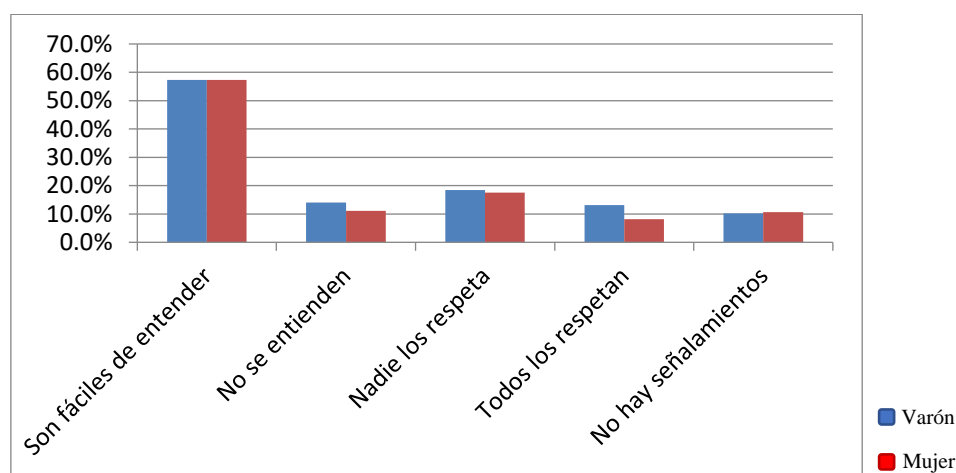
En la opinión de los mayores, de acuerdo con el cuadro 3.57, un gran porcentaje de esta población percibe los señalamientos como fáciles de entender. El 65.2% de los profesionistas independientes, 64.3% tanto de los docentes como de los funcionarios administrativos, el 60% de quienes tienen negocio propio, desciende un poco más el porcentaje según va descendiendo el índice de preparación académica requerida en cada una de las labores aquí contempladas. 54% de los obreros calificados piensan que son fáciles de entender, 53.7% de las amas de casa y el menor porcentaje de quienes opinan de esta manera son el 28.6% de los obreros no calificados. De este último grupo el 23.8% opinan que no se entienden, y el menor porcentaje de quienes dicen no entender los señalamientos urbanos de sus barrios son el 9.7% de los obreros calificados. También son el 23.8% de los obreros calificados constituyen el mayor número de los que piensan que nadie respeta los señalamientos en sus barrios, y el menor de quienes opinan de esta manera son el 11.9% que tienen negocio propio. El 14.3% de los docentes son el mayor porcentaje que viven en barrios en que se respetan los señalamientos y el menor son el 4.8% de los obreros no calificados. Estas dos últimas cifras dan una idea de la falta que hace corregir e implementar sistemas de señalización adecuados en el Área Metropolitana de Monterrey.

La manera en que se utiliza el espacio urbano, aunque de manera cotidiana no se perciba así, debe estar reglamentada y dicha reglamentación debe estar dirigida para propiciar el uso del entorno urbano por todos los grupos de población (Biencinto, 2009). Si el mobiliario urbano está adecuado para los requerimientos físicos y mentales de las personas de la tercera edad, resultan mayormente funcionales para el resto de la población en la que se encuentran inmersos los mayores. El mayor número de quienes en Monterrey viven en barrios en que no existe señalización urbana son el 14.3% de quienes han

laborado como docentes y el menor está constituido por el 2.9% de los que han laborado como profesionistas independientes la mayor parte de sus vidas laborales.

Las diferencias de opinión respecto a la legibilidad y existencia de señalamiento urbano adecuado se acentúan entre las personas, de acuerdo con su estado laboral actual, aunque el mayor porcentaje en todos los casos están de acuerdo en que resultan fáciles de entender. El 63.2% de los pensionados y de quienes laboran media jornada, el 69% de quienes ayudan en casa de manera remunerada. Así mismo el 59.8% de quienes no trabajan, el 52.2% de quienes laboran atendiendo su casa y el 49.3% de quienes trabajan jornada completa, perciben los señalamientos que existen en sus barrios como fáciles de entender. El 21.7% de quienes trabajan jornada completa piensan que no se entienden, el porcentaje menor que piensan de esta manera son el 9.2% de los pensionados. El mayor porcentaje que piensan que nadie los respeta son el 23.9% siendo los que no trabajan, el porcentaje de quienes piensan que todas las personas respetan los señalamientos, son el 15.8% de quienes laboran media jornada y únicamente el 3.4% de quienes ayudan en casa. Los que tienen más carencias de señalamientos en el entorno en que viven son el 5.4% que no trabajan y quienes más carecen de ellos son el 14.4% y se dedican atender su casa (ver cuadro 3.57).

Figura 3.70. Distribución de la población de 60 y más años, según su sexo, en relación con la señalética urbana, Monterrey, 2017



*Pregunta multirrespuesta

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.57. Distribución de la población de 60 y más años, en relación con la señalética urbana, acorde con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Características de la señalética*						
Parámetros		Son fáciles de entender %	No se entienden %	Nadie los respeta %	Todos los respetan %	No hay señalamientos %
Sexo	Varón	57.3	14.1	18.4	13.1	10.2
	Mujer	57.3	11.1	17.5	8.1	10.7
Edad	60 a 74 años	57.8	13.7	19.3	10.6	9.0
	75 y más años	55.9	9.3	14.4	10.2	14.4
Estado civil	Casado	60.3	12.8	19.4	9.9	7.4
	Viudo	55.5	10.9	14.1	10.9	16.4
	Divorciado	48.7	15.4	20.5	7.7	12.8
	Soltero	48.0	16.0	20.0	20.0	8.0
Ocupación	Negocio propio	60.7	15.5	11.9	10.7	11.9
	Profesionista independiente	65.2	13.0	18.8	13.0	2.9
	Funcionario administrativo	64.3	14.3	19.0	16.7	7.1
	Ama de casa	53.7	12.1	20.1	6.0	12.8
	Obrero calificado	54.8	9.7	16.1	16.1	12.9
	Obrero no calificado	28.6	23.8	23.8	4.8	9.5
	Docente	64.3	0.0	14.3	14.3	14.3
Laboralmente activo	No trabaja	59.8	9.8	23.9	12.0	5.4
	Empleado(a) doméstico	69.0	10.3	17.2	3.4	13.8
	Labores del hogar	52.2	10.0	17.8	6.7	14.4
	Media jornada	63.2	15.8	14.0	15.8	7.0
	Jornada completa	49.3	21.7	18.8	14.5	8.7
	Pensionado	63.2	9.2	13.8	9.2%	12.6

* Pregunta multirrespuesta.

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

6.5. Servicios públicos en los barrios que habitan los adultos mayores

En el entorno urbano externo de la ciudad del Área Metropolitana de Monterrey, existe la necesidad de ejercer un estricto control de la señalización y los anuncios publicitarios. Es evidente la contaminación visual en el entorno público de Monterrey y provoca un clima estresante, caótico y poco organizado que afecta a todos los sectores de la población que hacen uso de los espacios públicos al aire libre de esta ciudad. Hacen falta la eliminación y control de los espacios publicitarios, la regulación dimensional y ubicación estratégica de los anuncios que identifican algunos de los lugares que se localizan en el entorno público urbano, la ubicación de los señalamientos urbanos necesarios para que las personas que hacen uso de los espacios urbanos y en especial los grupos vulnerables, de los cuales forman parte la creciente población de adultos mayores, y puedan tener información oportuna de la manera de utilizar el espacio público y la dirección que deben seguir al desplazarse a alguno de los espacios o lugares específicos que se localicen en dicha área.

Tomando en cuenta lo anteriormente citado, la información que se deriva del cuestionamiento de qué señalamientos han encontrado en sus barrios de los espacios públicos al aire libre, los adultos mayores del Área Metropolitana de Monterrey, en los barrios de las personas entrevistadas lo que se encuentra señalizado en mayor proporción es el transporte urbano, 50.9% de las mujeres y 46.6% de los varones tienen este tipo de señalización en la proximidad de sus hogares, sin embargo, de acuerdo a la información que se muestra en la figura 3.71 y en el cuadro 3.58, la mitad de la población no cuenta con este tipo de información en su barrio. Los porcentajes son menores en los demás rubros: las tiendas, que generalmente se encuentran anunciadas por la iniciativa privada y no por las instancias gubernamentales, generalmente tampoco cuentan con la regulación adecuada para que pueda brindar un servicio asertivo para todos los involucrados en su uso. El 34% de los varones y el 27.8% de las mujeres cuentan con señalización de los comercios de su localidad en la proximidad de sus hogares. Esto indica que aproximadamente el 70% de la población de personas mayores no cuenta con esta señalización en sus barrios.

En relación a si se cuenta con teléfonos de públicos, aunque en la actualidad la mayor parte de la población cuenta con un teléfono celular para comunicarse cuando transitan por los lugares de libre acceso, en muchas ocasiones es conveniente que existan teléfonos públicos, sobre todo cuando se trata de pedir auxilio en caso de necesidad. Únicamente 31.6% de los varones y 27.8% de las mujeres cuentan con este servicio en los espacios públicos próximos a sus hogares. Los servicios de información que faciliten la localización de hospitales se encuentran en el 17.5% de los barrios de los varones encuestados y el 16.2% de los lugares en que habitan las mujeres encuestadas. El porcentaje de los espacios públicos que cuentan con información para localizar a quienes brindan servicios policiacos son el 17% de los lugares en que habitan los varones y 14% de aquellos en que habitan las mujeres. En lo referente a las diferencias existentes entre el tipo de señalización que se encuentran en los barrios en que habitan las personas de 60 a 74 años y aquellos que existen en los que viven los de 75 y más no se encuentran datos que muestren diferencias significativas en lo referente a los dos grupos de edad (ver cuadro 3.58.).

Aparte de existir, la señalización debe contar con el diseño y la localización adecuados para su oportuna ubicación. Un sistema de señalización debe ser legible, es decir la información que representa debe estar con el contraste adecuado para llamar la atención según sea lo que se pretende informar, los colores y dimensiones de los símbolos y el formato adecuados para facilitar la legibilidad de estos. Así mismo, deben presentarse en el lenguaje adecuado para ser correctamente interpretados por aquellos que requieren la información que presentan (García, 2011). Por lo cual para ser adecuado deben tomarse en cuenta las características y costumbres de las personas, en este caso de las personas de 60 y más a quienes se quiere informar para que puedan orientarse y recibir el servicio adecuado en caso de requerirlo cuando incursionan por los espacios públicos al aire libre del Área Metropolitana de Monterrey.

De acuerdo con la información presentada en el cuadro 3.58 las diferencias porcentuales de la existencia de sistemas de señalización existentes en Monterrey desde el punto de vista de las diferencias existentes acorde al estado civil de los adultos mayores muestran que en cuanto a señalización para localizar transporte público en los barrios en que habitan personas de la tercera edad solteros solo el 24% cuentan con este importante servicio público. Mientras que los casados el 50.4%. Las diferencias no son significativas

entre quienes poseen o no a su alcance teléfonos públicos, tiendas o información para localizar o solicitar servicio policiaco en caso de requerirlo. Sin embargo, en lo que respecta a señalización para localizar servicios de salud (hospitales), mientras un 23.1% de los divorciados cuentan con ella en sus barrios, únicamente el 18.2% los casados, 14.1% viudos y 12% los solteros pueden servirse de la señalización urbana para orientarse con el fin de acudir a algún hospital en caso de requerirlo.

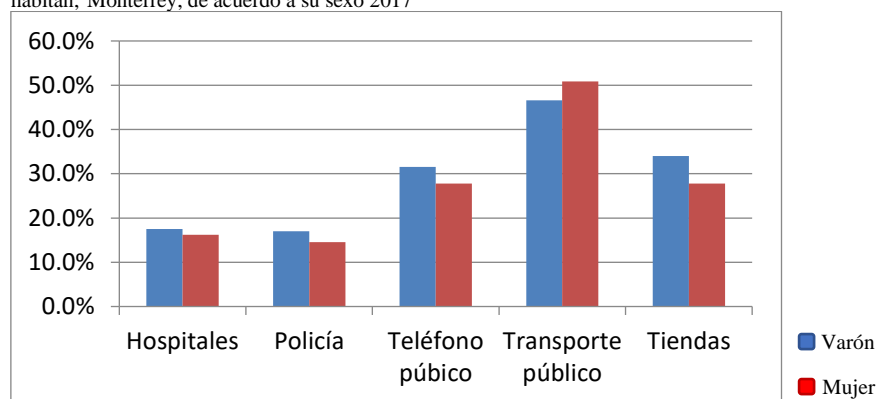
Por supuesto, no únicamente existen los adultos mayores que utilizan las vías e instalaciones públicas para pasear o trasladarse caminando de un lugar a otro de la localidad, también los adultos mayores conducen vehículos en la vía pública y dado que las personas de la tercera edad suelen sufrir de enfermedades o deficiencias visuales que les impiden captar ciertas señales (MAPFRE, 2014) estas deben diseñarse de acuerdo a sus necesidades, de suceder sería altamente positivo para el resto de la comunidad pues si se adecuan los diseños para ser utilizados de manera asertiva por las personas que conforman los grupos vulnerables de la población, el entono urbano se convierte en uno mejor habilitado para todos los miembros de la población. El tipo de señalización que existe en los barrios de los adultos mayores que se han encuestado para elaborar esta tesis, desde el enfoque de las labores que han ejercido durante la mayor parte de su etapa laboral, arroja luz sobre las condiciones que existen en los barrios de los diferentes sectores socioeconómicos en el Área Metropolitana de Monterrey. El nivel socioeconómico de los ciudadanos de esta ciudad es uno de los mayores determinantes de la delimitación y uso de los sectores urbanos. Así el 21.4% de los funcionarios administrativos y 28.6% de quienes han laborado como docentes durante gran parte de sus vidas son quienes cuentan con más señalizaciones de la localización de hospitales en sus barrios. 12.9% de los barrios de los obreros calificados cuentan con este tipo de señalización. Se advierte aún en el caso de los funcionarios administrativos y los docentes una alta deficiencia de este tipo de elementos informativos en los barrios en que habitan los adultos mayores.

En el caso de los señalamientos policiacos, el 33.3% de los funcionarios administrativos cuentan con ellos en sus barrios, aunque existe un déficit de 66.7%. Sin embargo, el porcentaje que en magnitud le sigue un 19% de quienes tienen negocio propio, siendo aproximadamente el 50% de los que existen en las áreas en que habitan los funcionarios administrativos y se convierte en un caso extremo el que reportan los

docentes que dicen que no existen este tipo de señalamientos en sus barrios. El porcentaje aumenta en el caso de los señalamientos para localizar tiendas, el 38.1% de los obreros no calificados y los funcionarios administrativos cuentan con este tipo de señalización en la proximidad de sus hogares y el menor número, quienes tienen señalizadas las tiendas en sus barrios son el 25.8 % de los obreros calificados. Se muestra un ligero incremento de señalización en el caso de los que reconocen la existencia de teléfonos públicos, siendo el mayor porcentaje el de las personas que tienen negocios propios, 35.7% y el menor el de los obreros no calificados, 19%. El mayor número del sector del cuadro 3.58 correspondiente a la ocupación que han ejercido los adultos mayores: 60.9% de los profesionistas independientes que cuentan con señalización respecto al transporte público en sus barrios; el menor porcentaje de este rubro es el 38.1% de los obreros no calificados, sin embargo, la mayor parte de la señalización que existe en los barrios en que habitan los mayores en el Área Metropolitana de Monterrey se refiere al transporte público. Aun en el caso de los profesionistas independientes, este déficit es del 39.1% lo cual representa una deficiencia bastante marcada de señalización en los sectores públicos del Área Metropolitana de Monterrey.

Por último, la situación laboral actual de los mayores, respecto a la señalización de sus barrios. El mayor porcentaje de quienes cuentan con señalización respecto a los comercios existentes en sus barrios son el 36.2% de los mayores que laboran jornada completa. El menor 26.4% es de los pensionados. Quienes en mayor porcentaje cuentan con señalización para el transporte público son el 57.9% que laboran media jornada, y el menor es el de quienes no trabajan, 41.3%. Respecto a la señalización para localizar teléfonos públicos, el mayor es el de quienes no trabajan, 37% y el menor es de quienes ayudan en casa por una remuneración: 24.1%. El 20.7 % de quienes no trabajan, cuentan con señalización para localizar los servicios policíacos en sus barrios. Y solo el 9.2% de los pensionados. En el caso de la señalización para localizar servicios hospitalarios únicamente el 7.2% de quienes laboran jornada completa cuentan con ellos. El mayor porcentaje que cuentan con este tipo de señalización son el 22.8% de los mayores que no trabajan (ver cuadro 3.58).

Figura 3.71. Distribución de la población de 60 y más años, según los servicios públicos que están señalados en los barrios en que habitan, Monterrey, de acuerdo a su sexo 2017



* Pregunta multirrespuesta.

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.58. Distribución de la población de 60 y más años, según los servicios públicos que están señalados en los barrios en que habitan y de acuerdo a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Servicios con señalamientos en el barrio						
Parámetros		Hospitales %	Policía %	Teléfono público %	Transporte público %	Tiendas %
Sexo	Varón	17.5	17.0	31.6	46.6	34.0
	Mujer	16.2	14.5	27.8	50.9	27.8
Edad	60 a 74 años	18.3	17.4	26.4	50.6	30.4
	75 y más años	12.7	11.0	38.1	44.1	31.4
Estado civil	Casado	18.2	16.5	31.4	50.4	34.3
	Viudo	14.1	13.3	24.2	51.6	25.0
	Divorciado	23.1	12.8	30.8	41.0	28.2
	Soltero	12.0	16.0	32.0	24.0	28.0
Ocupación	Negocio propio	19.0	19.0	35.7	45.2	35.7
	Profesionista independiente	14.5	15.9	34.8	60.9	33.3
	Funcionario administrativo	21.4	33.3	26.2	50.0	38.1
	Ama de casa	14.1	12.8	26.2	49.0	26.8
	Obrero calificado	12.9	12.9	35.5	45.2	25.8
	Obrero no calificado	14.3	14.3	19.0	38.1	38.1
	Docente	28.6	0.0	28.6	57.1	28.6
Laboralmente activo	No trabaja	22.8	20.7	37.0	41.3	31.5
	Empleado(a) doméstico	20.7	17.2	24.1	44.8	31.0
	Labores del hogar	10.0	13.3	25.6	53.3	31.1
	Media jornada	19.3	19.3	33.3	57.9	28.1
	Jornada completa	7.2	13.0	26.1	49.3	36.2
	Pensionado	20.7	9.2	29.9	47.1	26.4

* Pregunta multirrespuesta.

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

6.6. Actividades en el tiempo de ocio

Al llegar a la edad de la jubilación, los adultos mayores se encuentran ante la realidad de que las actividades laborales que ocuparon durante muchos años la mayor parte de su tiempo ahora se encuentran libres. Lo negativo de esto es que para muchos el tiempo libre se convierte en no hacer nada, cuando en realidad debe considerarse como oportunidad para hacer otras cosas. Este tiempo debiera ser muy rico para la mayor parte de las personas de la tercera edad, ya que ahora se encuentran libres de algunas limitantes que les impedían utilizar su tiempo libre a su entera discreción, como lo eran las necesidades de sus hijos, los horarios laborales, la limitación geográfica a una distancia adecuada para estar a disposición del lugar en que trabajaban o en que se desenvolvían los hijos. Sin embargo en la actualidad muchos adultos mayores se sienten que al ver disminuidas ciertas cualidades físicas o mentales, ya no son capaces de realizar muchas actividades, cuando deberían considerar que aunque ya no poseen la agilidad propia de la juventud, ahora pueden realizar actividades que los mantengan sanos y activos aunque sea a un ritmo diferente, propio de su edad, y al que siempre debe añadirse favorablemente la experiencia que facilita muchas de las actividades que, a falta de ella representaban mayor dificultad en otra época de la vida (Cuenca, 2007).

Un elemento determinante en importancia y en la manera en que las personas de la tercera edad utilizan su tiempo libre es el hecho de que en la actualidad el “tiempo de ocio” es considerado por la mayoría como un espacio para “matar” las horas, en lugar de verlo como una oportunidad para realizar aquellas actividades que, antes por el esquema de vida que giraba alrededor de su trabajo y/o de los hijos, le era imposible realizar. Sachs (2011) afirma que la inactividad física por el tiempo que se pasa frente a la televisión u otros dispositivos es una de las principales causas de obesidad. Por otra parte, los programas televisivos son patrocinados por empresas comerciales, cuyo mayor interés es el de incrementar el consumo de los bienes y servicios que producen, algunos potencialmente nocivos para la salud.

La mayoría de estos programas, a fin de fomentar el consumo de productos acuden a estímulos sean sexuales, de comida o de condición social, creando la necesidad de compra y consumo que no tiene nada que ver en la mayor parte de los casos con el beneficio social

o personal. Estos efectos no solo se observan en Estados Unidos. En el área Metropolitana de Monterrey la mayor parte de los adultos mayores dicen tener como principal actividad de ocio ver la televisión. De los mayores porcentajes en torno a las actividades de ocio que en las personas de la tercera edad de esta ciudad, el 53% de las mujeres y el 50% de varones optan como actividad de ocio ver televisión. También se muestra en la figura 3.72 que la lectura es la segunda preferencia: 42.7% de los varones y 41% de las mujeres. La lectura no deja de ser una actividad sedentaria para quienes la tienen como una importante actividad de ocio. Frente a ello es prudente considerar la manera de no descuidar la actividad física, tan necesaria para lograr un envejecimiento activo. La caminata es la tercera actividad de ocio el 37.9% de los varones y el 41% de las mujeres. Le sigue en orden la plática con los amigos, considerada como una de las actividades más sanas para las personas de la tercera edad, puesto que fomenta la interacción social: 24.8% de las mujeres practican esta actividad y el número de varones es mucho menor con un 18.4%.

Otra actividad que, aunque descuida la actividad física resulta bastante saludable por la interacción social que generan y por el ejercicio mental es realizar juegos de mesa. Esta actividad es preferida por los varones en un 18.4% y es realizada por el 12.4% de las mujeres de la tercera edad encuestadas. El porcentaje de los varones que practican algún deporte es de 14.6% y a pesar de ser el doble del porcentaje de las mujeres que practican dicha actividad, 6.8%, cabe decir que es un porcentaje muy bajo el que practica esta actividad que llevada a cabo con moderación y en las modalidades adecuadas para cada persona, puede reportar grandes beneficios en muchos de los aspectos que determinan un envejecimiento activo, como lo son la salud mental, física y la integración con el entorno al que pertenecen las personas de la tercera edad. En vista de que existen varios centros en los que los adultos mayores se reúnen a bailar, en la actual encuesta no son muchos los mayores que gustan de esta actividad: únicamente el 6% de las mujeres y el 4.9% de los varones la practican. El 7.3% es tanto en varones como mujeres la cantidad de personas de la tercera edad que acostumbran a acudir a espectáculos como actividad de ocio en el área Metropolitana de Monterrey.

Desde otras perspectivas sociodemográficas, el cuadro 3.59 refleja que quienes practican mayormente actividades de ocio son las personas pertenecientes al segundo grupo, es decir al de 75 y más, excepto en el caso de quienes platican con amigos (Prieto,

2009). Frente a las cifras del cuadro 3.59 el 58.5% de los de 75 y más y el 49% de quienes tienen de 60 a 74, ven televisión. 43.2% de los de mayor edad y 41.3% de los de menor leen. 37.6% de los de 60 a 74 y una cantidad muy parecida, 37.3% gustan de caminar como actividad de ocio. El 23.3% de los más jóvenes en comparación con el 17.8% de los de mayor edad, gustan de platicar con sus amigos. 13.6% de los de 75 y más les gustan los deportes y únicamente el 9.3% de los de 60 a 74. De quienes van a bailar como actividad de ocio los porcentajes son muy parecidos en ambos grupos de edad, 5.9% de los de más edad y 5.3% de los de 60 a 74. También quienes practican juegos de mesa son más, 18.6% los de 75 y más que el 14% de los de 60 a 75. Por último, el 11% de los de 75 y más y solamente el 5.9% de los de 60 a 74, gustan de bailar como actividad de ocio. El baile como actividad de ocio es una actividad muy saludable, permite expresar sensaciones y sentimientos, ayuda a convivir con otras personas, favorece la irrigación sanguínea y la distensión muscular, aparte se ejercita la conexión mente cuerpo, tan necesaria para la salud mental.

Hay un porcentaje significativamente menor entre los solteros y los demás grupos de acuerdo con el estado civil de los mayores de edad respecto a ver la televisión como actividad de ocio. Los que más ven televisión son el 56.3% de los viudos, les siguen el 52.5% de los casados, 43.6% de los divorciados y solamente el 28% de los solteros. Los porcentajes son más homogéneos entre quienes practican la lectura como actividad de ocio. En este último rubro el mayor porcentaje es el de los solteros, 48%, 36.7% de los viudos, 43.8% de los casados y por último 35.9% de los divorciados. La proporción de los porcentajes es muy parecida entre quienes gustan de caminar, son el 44% de los solteros, 40.9% de los casados, 33.3% de los divorciados y el porcentaje menor es el de los viudos, 30.5%. Quienes más gustan de platicar con los amigos son los viudos, 25%, 23.1% de los divorciados, como si esto llenara la soledad de aquellos que anteriormente realizaban esta actividad mayormente con sus parejas; el 20.7% de los casados suelen platicar con sus amigos como actividad de ocio y únicamente un 12% de los solteros que probablemente están acostumbrados a no platicar muy cotidianamente debido a su estado civil, que los mantienen más solos desde temprana edad que al resto de la población.

Los que más practican juegos de mesa son el 20.5% de los divorciados, seguidos por el 17.4% de los casados, 12% de los solteros y es notable que el 10.9% de los viudos son la mitad de los divorciados que practican este tipo de actividad. Los porcentajes de

quienes realizan algún deporte son menores, el 17.9% de los viudos, 12% los solteros, 11.2% casados y es notablemente pequeño el de los viudos que son el 7%. El 16% de los solteros gustan de asistir a espectáculos al igual que el 10.3% de los divorciados, los casados un 7.4% y 3.9% de los viudos asisten a espectáculos como actividad de ocio. Habría que estudiar si existen dicho tipo de espectáculos en el área Metropolitana de Monterrey, si son adecuados para que asisten los adultos mayores y si están debidamente publicitados entre dicho sector poblacional. Por último, quienes más bailan son el 7.7% de los divorciados, 6.2% casados, 4% solteros y 3.1% de los viudos, porcentajes muy pequeños de una actividad que reporta grandes beneficios al bienestar de los mayores a niveles físicos, sociales y psicológicos.

En cuanto a las actividades laborales que han ejercido durante sus vidas y su situación laboral actual existen diferencias entre varones y las mujeres respecto a la edad de su jubilación. Quién tienen una situación de poder son las mujeres y ante la cual los hombres en su nueva situación deberán adaptarse. Así mismo la mujer cuando ha realizado actividades laborales fuera del hogar y habiendo sido quien mayormente se hacía cargo de los hijos, deberá enfrentar una doble jubilación: la de sus actividades laborales fuera del hogar y la que implica el dejar de ser la encargada de los hijos al llegar éstos a la edad de su independencia del hogar (Del Valle, 2007). Quienes más ven televisión son los que han laborado como docentes, 64.3% y menos los funcionarios administrativos, 35.7%. Las que se encuentran en la media de esta categoría son las amas de casa 55.7% y el 46.4% de los profesionistas independientes. Los que más gustan de leer como actividad de ocio son el 64.3% de los docentes y el menor porcentaje es el del 29% de los obreros calificados. En la media se encuentran los funcionarios administrativos con el 45.2%.

El mayor porcentaje de quienes practican caminata son el 45.2% de los obreros calificados y el menor los obreros no calificados, 23.8% y los que se encuentran en la media son el 34.2% de las amas de casa. El mayor número que gustan de platicar con los amigos son el 27.4% y han tenido negocio propio, quizá porque esta actividad se presta para conversar en los ratos de inactividad dentro del ámbito laboral, aún con quienes no forman parte del mismo, y que pudieran presentarse como clientes. Quienes menos platican con amigos son el 4.8% de los obreros no calificados. En este caso más del 21% de la población de todos los rubros platica con amigos con excepción de este último, como se acaba de apuntar, un 4.8%.

Los que más practican deportes son el 26.2% de los funcionarios administrativos y los que menos, el 4.8% corresponde a los obreros no calificados. Quienes se encuentran en la media aproximada son el 14.3% de los que han sido docentes la mayor parte de su vida laboral. Los que practican juegos de mesa como principal actividad de ocio, son el 24.6% de los profesionistas independientes y los que menos el 3.2% de los obreros calificados. La media la ocupan aproximadamente el 14.3% de los obreros no calificados. Asistir a espectáculos es una manera de disponer del tiempo de ocio que el 28.6% de quienes han ejercido la docencia como principal actividad laboral a lo largo de sus vidas gusta de practicar. El 14.3% de los funcionarios administrativos realiza este tipo de actividades y el porcentaje es nulo en los que han laborado como obreros no calificados. Esta tendencia puede tener su origen tanto en elementos culturales como en el hecho de que gran parte de los espectáculos requieren de una inversión monetaria para poder disfrutarlos. Bailar es una de las actividades que disfrutan en sus tiempos de ocio el 14.3% quienes han sido docentes y únicamente el 3.6% de los que tienen negocio propio.

El envejecimiento es un proceso, mientras la vejez es un estado. El envejecimiento es un proceso en el que se pueden desarrollar las personas en plenitud como seres humanos (Fierro, 1994). El hecho de el mayor de edad no posea ya la misma agilidad, no implica el tener una vida completamente sedentaria, si bien el tipo de actividades que se realizan pueden variar y también la manera en que se llevan a cabo, el vivir en plenitud y con metas bien establecidas que alcanzar es una forma de vivir que se puede conservar hasta la muerte, con solo proponérselo y cada uno en la medida que se lo permitan sus condiciones de salud, económicas, sociales y familiares.

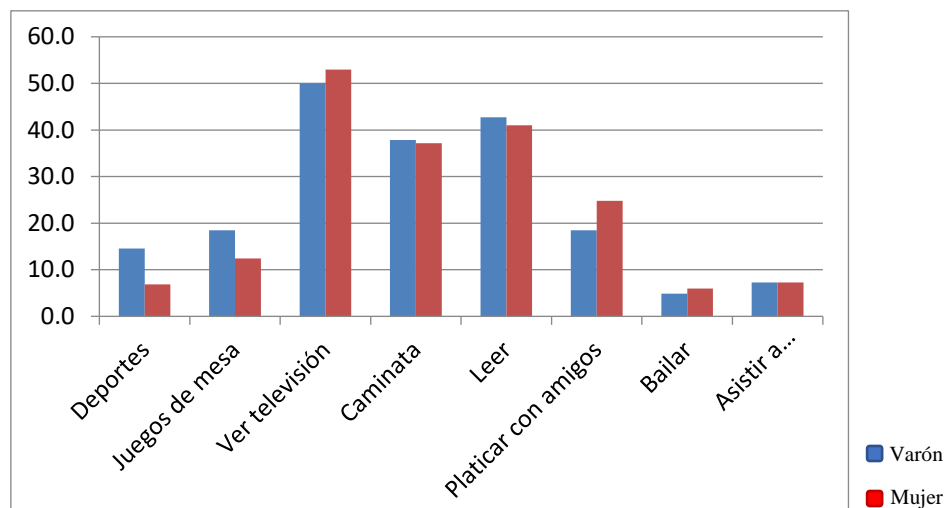
En el área Metropolitana de Monterrey las personas que no trabajan tienen como principal actividad en su tiempo de ocio ver televisión, se ha mencionado que este tipo de actividad reporta muy pocos beneficios en comparación a los problemas que genera. El 41.3% de las personas que no trabajan tienen por costumbre leer como actividad de ocio, esta actividad no debe de dejar de ser acompañada por otras que benefician la actividad física y la interacción social. Si los espacios públicos al aire libre se equipan de manera adecuada, pueden propiciar que los adultos mayores realicen esta actividad en los espacios públicos, se puede dar que los mayores tengan como motivación para ejercitarse el trasladarse a esos lugares caminando y al estar en ellos, aunque de forma pasiva, pueden

tener interacción social. El 33% de quienes no trabajan suelen salir a caminar en su tiempo de ocio, solo el 3.3% asiste a espectáculos como actividad de ocio. El mayor porcentaje de quienes ven televisión como actividad de ocio son el 58.6% de quienes están pensionados, de ellos solo el 4.6% gustan de ir a bailar y muy cerca de la media de estos porcentajes se encuentran el 46% de los pensionados que gustan de salir a caminar y el 39.1% que practican la lectura como actividad de ocio.

Quienes laboran atendiendo su casa, gustan de ver televisión un 54.4%, y únicamente el 5.6% asiste a espectáculos, y los que se están cerca de la media porcentual son el 34.4% de los que laboran atendiendo su casa que practican caminata y el 32.2% que gustan de platicar con sus amigos como actividades de ocio. Entre quienes laboran en casa de manera remunerada, también el ver la televisión es la principal actividad que practican en su tiempo de ocio, 55.2% de ellos lo hacen y la actividad de ocio que practican con menor frecuencia quienes ayudan en casa de manera remunerada es el baile, ninguna de las personas entrevistadas que se han dedicado a estas labores la mayor parte de su vida reportó tener como actividad para ocupar su tiempo de ocio el baile.

El porcentaje que se encuentra en la media de las actividades realizadas por quienes han ejercido esta actividad es el 27.6% que practican juegos de mesa. Los que trabajan media jornada, un 45.6% gustan de ver televisión, 8.8% practican el baile y el 21.1% de quienes disfrutan de platicar con amigos se aproximan a la media porcentual de las actividades consideradas de ocio por las personas que laboran media jornada. Por último, en el cuadro 3.59 nota que el 53.6% de quienes han laborado jornada completa dedican su tiempo de ocio a ver televisión, solo un 4.3% a bailar y próximos a la media porcentual se encuentran el 21.7% que en su tiempo de ocio gustan de platicar con sus amigos y el 20.3% que lo dedica a practicar juegos de mesa.

Figura 3.72. , Actividades en que utilizan los adultos mayores su tiempo de ocio, de acuerdo con su sexo. Monterrey, 2017



* Pregunta multirrespuesta. Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.59. Actividades en que utilizan los adultos mayores su tiempo de ocio, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Actividades de ocio que practican los adultos mayores									
		Deportes %	Juegos de mesa %	Ver televisión %	Caminata %	Leer %	Platicar con amigos %	Bailar %	Asistir a espectáculos %
Sexo	Varón	14.6	18.4	50.0	37.9	42.7	18.4	4.9	7.3
	Mujer	6.8	12.4	53.0	37.2	41.0	24.8	6.0	7.3
Edad	60 a 74 años	9.3	14.0	49.1	37.6	41.3	23.3	5.3	5.9
	75 y más años	13.6	18.6	58.5	37.3	43.2	17.8	5.9	11.0
Estado civil	Casado	11.2	17.4	52.5	40.9	43.8	20.7	6.2	7.4
	Viudo	7.0	10.9	56.3	30.5	36.7	25.0	3.1	3.9
	Divorciado	17.9	20.5	43.6	33.3	35.9	23.1	7.7	10.3
	Soltero	12.0	12.0	28.0	44.0	48.0	12.0	4.0	16.0
Ocupación	Negocio propio	11.9	19.0	54.8	29.8	44.0	27.4	3.6	7.1
	Profesionista independiente	13.0	24.6	46.4	44.9	53.6	21.7	7.2	13.0
	Funcionario administrativo	26.2	31.0	35.7	40.5	45.2	23.8	4.8	14.3
	Ama de casa	5.4	10.7	55.7	34.2	37.6	22.8	5.4	1.3
	Obrero calificado	6.5	3.2	54.8	45.2	29.0	22.6	6.5	6.5
	Obrero no calificado	4.8	14.3	42.9	23.8	33.3	4.8	4.8	0.0
	Docente	14.3	7.1	64.3	42.9	64.3	28.6	14.3	28.6
Laboralmente activo	No trabaja	10.9	12.0	42.4	33.7	41.3	15.2	5.4	3.3
	Empleado(a) doméstico	6.9	27.6	55.2	41.4	48.3	6.9	0.0	3.4
	Labores del hogar	6.7	13.3	54.4	34.4	43.3	32.2	6.7	5.6
	Media jornada	17.5	12.3	45.6	43.9	42.1	21.1	8.8	10.5
	Jornada completa	13.0	20.3	53.6	33.3	43.5	21.7	4.3	10.1
	Pensionado	9.2	14.9	58.6	46.0	39.1	24.1	4.6	9.2

* Pregunta multirrespuesta.

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

6.7. Elementos que mejorarían la vida de los adultos mayores en opinión de ellos mismos

Es positivo evitar las situaciones de exclusión de los adultos mayores que se encuentran en una posición de debilidad en la sociedad. Se preguntó a los mayores sobre qué elementos pensaban eran necesarios para mejorar la calidad de vida de sus contemporáneos en el Área Metropolitana de Monterrey. Las ciudades modernas deben propiciar las actividades que favorezcan el envejecimiento activo aprovechando la experiencia de los mayores para encontrar formas más adecuadas para lograr un envejecimiento sano y productivo (IMSERSO, 2011).

Se analizó desde la perspectiva sociodemográfica la opinión de los mayores y los resultados aparecen en el cuadro 3.60. La figura 3.73 muestra la perspectiva que tienen los adultos mayores, precisamente quienes han conocido el Monterrey de hoy y el de ayer, evidencia la tabla 51 que el motivo más grande que tienen para no aventurarse en la vía pública es la inseguridad. De acuerdo con el Décimo Pulsómetro Metropolitano de Seguridad conformado por CAINTRA (Cámara de la Industria y la Transformación) de Nuevo León, el Consejo Cívico COPARMEX (Confederación Patronal de la República Mexicana) Nuevo León, el Centro de Integración Ciudadana y en esta edición se integró la CANACO (Cámara Nacional de Comercio) de Monterrey. El 29.8% de la población encuestada para este estudio en el año de 2014 respondieron que es “seguro” vivir en su municipio, lo que en el 2013 era el 30.3%. Aunque ambos son muy bajos en realidad, es un importante indicador de la creciente ola de inseguridad (Carrillo, 2014).

Analizando la información de manera más detallada, de acuerdo a los datos mostrados en el cuadro 3.60, lo que la mayor parte de los entrevistados, específicamente el 64.6% de los varones y el 64.1% de las mujeres consideran que lo que más hace falta para mejorar su calidad de vida y la de los mayores que habitan en la localidad sería el aumento del monto de las pensiones, pero a continuación, el único indicador que sobresale, 42.7% de los varones y 51.3% de las mujeres, piensan que lo que mayormente mejoraría su calidad de vida sería el aumento de la vigilancia en sus barrios.

El siguiente rubro muestra que el 22.8% de los varones y el 27.4% de mujeres piensan que necesitan cursos acerca del uso de nuevas tecnologías para mejorar su calidad de vida. El siguiente en grado de importancia es quienes dicen que debería haber más plazas cerca de casa, 21.8% hombres y 27.4% mujeres. Los que afirman que debería contarse con mayor asistencia domiciliaria son el 24.4% de mujeres y 18.9% varones. Esto es significativo, pues quienes creen necesitar mayor asistencia son las mujeres, posiblemente por el estoicismo ante el peligro con que se educa a los varones en esta sociedad. O quizá porque es mayor el grado de ayuda que requieren las mujeres debido a que los índices de inseguridad son mayores para ellas que para los hombres, debido a la violencia de género. El 17.5 de las mujeres y el 13.1% de los varones creen que necesitan más compañía para mejorar su calidad de vida y los menores porcentajes fueron los del 15.8% de las mujeres y el 12.1% de los hombres sostienen que hace falta más información para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

Si se observa lo que los adultos mayores consideran importante para que mejore su calidad de vida, desde la perspectiva de su rango de edad, de acuerdo con el cuadro 3.60, en todos los rubros evaluados es mayor el porcentaje de personas con 75 y más que piensan que se necesitan los diferentes elementos que se les plantearon para poder tener una mejor calidad de vida, excepto en el rubro donde consideran que es importante que el monto de la pensión alimenticia aumente. En este único apartado es aquel en el que los de 60 a 74, 65.5%, son un porcentaje mayor que el 61% de los de 75 y más. En los rubros en los que se registra mayor diferencia porcentual es en el de quienes consideran que requieren mayor asistencia domiciliaria: el de las personas de 75 y más es de 28.8% y el de los de 60 a 74 es de 19.3%. También se nota diferencia entre el 26.3% de los de 75 y más que dicen necesitar más compañía y el 11.5% de quienes tienen esta misma opinión en el rango de edad de 60 a 74 años.

Existen dos formas de ver el entorno que rodea a los mayores desde el punto de vista objetivo, es decir los componentes físicos del entorno en sí y por otro lado la manera en que los adultos mayores lo perciben (Rojo-Pérez, 2011). Esta tesis pretende hacer un estudio objetivo de las condiciones que presentan los lugares para pasear que existen en las proximidades de los lugares en que habitan los adultos mayores y por otro lado a través de la encuesta realizada tratar de entender cómo es que las personas de la tercera edad perciben dichos lugares para a través de la interrelación de la información obtenida desde

ambos puntos de vista, poder aclarar de qué manera los mayores necesitan que esté configurado el entorno que utilizan para pasear en la proximidad de sus barrios y de esta forma ofrecer propuestas que de implementarse puedan favorecer un entorno asertivamente utilizado por las personas de la tercera edad para pasear cerca de sus hogares y así beneficiarse de la actividad física, la interacción social y el bienestar general que se deriva de realizar dicha actividad y así fomentar el envejecimiento activo. Desde la perspectiva del estado civil de los mayores, el 66.7% de los divorciados, 66.4% de los viudos y 64% de los casados piensan que se deben aumentar las pensiones. Resalta una variación de aproximadamente el 10% en el 52% de los solteros.

Una explicación lógica de esta variación sería que la dependencia económica de los familiares requiere de más dinero, y es de esperarse que de los solteros se espere una menor dependencia económica de la familia. El 30.8% de los divorciados dicen necesitar más asistencia domiciliaria, ello puede ser debido a que son los que se encuentran más solos, ya que la sociedad debido a los imaginarios contruídos muestra rechazo a establecer lazos con los divorciados. El 24% de los viudos, al perder a su pareja deben sentir la necesidad de recibir atención domiciliaria que antes le era reportada por parte de su pareja. El 19% de los casados requieren de dicha asistencia y al parecer los solteros son los que se han acostumbrado desde siempre a valerse por sí mismos y solo el 12% de ellos piensan importante el aumentar la asistencia domiciliaria para mejorar el nivel de vida de los mayores en el Área Metropolitana de Monterrey.

Quienes se sienten más necesitados de compañía son el 23.4% de los viudos, lo cual se explica por la costumbre adquirida a tener la compañía de sus conyugues que ya no se encuentran con ellos. Los porcentajes disminuyen a 13.2% de los casados y 12.8% de los divorciados y se reduce a cero en el grupo de los solteros. El 30 % de los divorciados piensan que debe haber más plazas y las diferencias porcentuales de los otros tres rubros no representan grandes variaciones pues el menor de los porcentajes es el 22.7% de los casados. La variación de quienes piensan que se necesita más vigilancia no es muy significativa, el mayor es el 48.4% de los viudos y el menor es el 43.6% de los divorciados. El mayor número de quienes opinan que se requiere más información es el 20% de los solteros y el menor el 9.4% de los viudos. El 26.9% de los casados piensan que se requieren cursos para aprender a utilizar la tecnología moderna, probablemente por su mayor cercanía con las nuevas generaciones a través de sus hijos y nietos (ver

cuadro 3.60.). En relación con la actividad laboral mayormente ejercida a través de la vida, el 78.6% de quienes han sido docentes son quienes más piensan que se requiera aumento en las pensiones y el menor porcentaje que piensan así son los obreros calificados. La media les corresponde al 69.6% de los profesionistas independientes. También el 42.9% de los docentes son quienes en mayor grado requieren de más asistencia domiciliaria para mejorar su calidad de vida, el 16.7% de los funcionarios menos la requieren, la media está ocupada por el 26.2% de los funcionarios públicos. El 18.8% de los profesionistas independientes, son quienes más necesitan de compañía para mejorar su calidad de vida y el 9.5% de los funcionarios administrativos y los obreros no calificados son los que menos la solicitan, en este caso la media porcentual se aproxima más al 14.3% de quienes han tenido negocio propio.

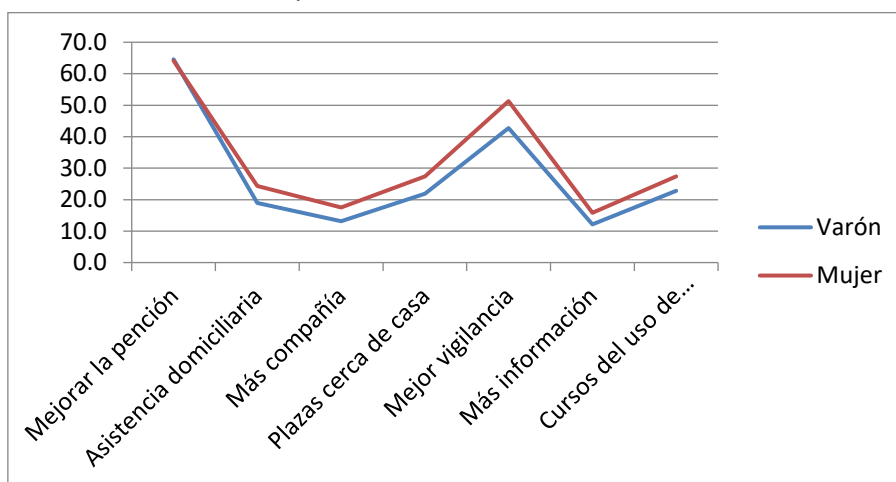
Quienes más demandan plazas son el 31% de los funcionarios administrativos y quienes menos el 9.5% de los obreros no calificados. La media respecto a quienes demandan plazas para tener un mejor nivel de vida son el 21.4% de los docentes. El rubro de la demanda de mejor vigilancia ocupa el segundo lugar después de la mejora de las pensiones y quienes más lo demandan son el 57% de los docentes y los obreros no calificados con el 38.1% son quienes menos la demandan; la media en este rubro no se presenta en ninguno de los porcentajes, ya que todos se encuentran de manera más o menos homogénea por encima de ella. La demanda de cursos para entender la tecnología moderna es demandada mayormente por el 31% quienes tienen negocio propio y el 19 % de los obreros no calificados son el porcentaje menor, la media está representando al 28.6% de los docentes.

Los porcentajes más bajos se registran entre quienes demandan más información, los que más la solicitan son el 23.8% de los funcionarios públicos y quienes menos el 7.1% de los docentes, mientras quienes más se aproximan a la media son el 15.4% de las amas de casa. Cabe hacer notar que en 3 de los ítems los docentes son quienes más demandan y que en 3 de los mismos también quienes menos demandan son los obreros no calificados (ver cuadro 3.60.). Está demostrado que el índice de dependencia está relacionado con el índice de desempleo más que con la edad (Fariñas, 2012). La demanda de mejor pensión es bastante homogénea, está entre el 59 y 69 % en todos los casos. El menor porcentaje es el de los que laboran media jornada, 59.6%, y el mayor es el de quienes ayudan en casa de forma remunerada, 69%.

Los porcentajes presentan una mayor disparidad en el caso de quienes piensan que se requiere mayor asistencia domiciliaria para elevar el nivel de vida de los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey. 31.1% de quienes atienden su casa lo demandan, quizá son el mayor porcentaje porque son los que pueden estar a cargo de los enfermos y niños que están en el hogar y muchas veces les es difícil movilizarse, tanto por no poder desatender a las personas como por que se encuentran más aislados del resto de la sociedad. Quienes menos la requieren son los que no trabajan, 12% y en la media se encuentra el 21.7% que trabajan jornada completa. Demandan más compañía el 21.7% que no trabajan, quienes menos son el 12.2% que atienden la casa y la media a este respecto le corresponde al 15.9% trabajan jornada completa.

Los que mayormente demandan plazas cerca de su hogar son el 37.9% siendo los que trabajan en casa por una remuneración; quienes menos las demandan son el 19.3% representando los que laboran media jornada y en la media el 29.3% siendo los que no trabajan. En cuanto a la demanda de mejor vigilancia en los barrios en que habitan, los que más la exigen son el 56.5% y trabajan jornada completa y los que menos el 34.5% de los que ayudan en casa por una remuneración, la media ocupa el 46.7% de los que no laboran y los que atienden la casa. Los que requieren más información 17.8% atienden la casa y el menor 9.8% no trabajan. La media la ocupa el 13.8% de quienes ayudan en casa de manera remunerada. Los que más demandan cursos para aprender las nuevas tecnologías 30.4% trabajan jornada completa y los que menos 20.7% trabajan o ayudan en casa por una remuneración mientras que la media porcentual es ocupada por el 26.4% de los pensionados (ver cuadro 3.60).

Figura 3.73. Elementos que mejorarían la vida de los adultos mayores en la opinión de ellos mismos, de acuerdo con su sexo. Monterrey, 2017



* Pregunta multirrespuesta.

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.60. Elementos que mejorarían la vida de los adultos mayores en la opinión de ellos mismos de acuerdo con sus características socioculturales, Monterrey, 2017

Elementos que mejorarían la calidad de vida de los mayores								
Parámetros		Mejorar la pensión	Asistencia domiciliaria	Más compañía	Plazas cerca de casa	Mejor vigilancia	Más información	Cursos del uso de tecnologías modernas
Sexo	Varón	64.6	18.9	13.1	21.8	42.7	12.1	22.8
	Mujer	64.1	24.4	17.5	27.4	51.3	15.8	27.4
Edad	60 a 74 años	65.5	19.3	11.5	23.9	46.6	13.4	24.2
	75 y más años	61.0	28.8	26.3	27.1	49.2	16.1	28.0
Estado civil	Casado	64.0	19.0	13.2	22.7	47.5	15.7	26.9
	Viudo	66.4	24.2	23.4	25.8	48.4	9.4	21.9
	Divorciado	66.7	30.8	12.8	30.8	43.6	12.8	20.5
	Soltero	52.0	12.0	0.0	24.0	44.0	20.0	24.0
Ocupación	Negocio propio	58.3	16.7	14.3	23.8	47.6	11.9	31.0
	Profesionista independiente	69.6	21.7	18.8	29.0	49.3	8.7	27.5
	Funcionario administrativo	66.7	26.2	9.5	31.0	45.2	23.8	21.4
	Ama de casa	64.4	22.8	18.1	28.9	48.3	15.4	22.8
	Obrero calificado	58.1	19.4	16.1	12.9	48.4	12.9	25.8
	Obrero no calificado	57.1	33.3	9.5	9.5	38.1	9.5	19.0
	Docente	78.6	42.9	14.3	21.4	57.1	7.1	28.6
Laboralmente activo	No trabaja	62.0	12.0	21.7	29.3	46.7	9.8	20.7
	Empleado(a) doméstico	69.0	20.7	13.8	37.9	34.5	13.8	20.7
	Labores del hogar	66.7	31.1	12.2	23.3	46.7	17.8	22.2
	Media jornada	59.6	22.8	14.0	19.3	49.1	10.5	29.8
	Jornada completa	63.8	21.7	15.9	24.6	56.5	13.0	30.4
	Pensionado	67.8	19.5	12.6	20.7	43.7	16.1	26.4

* Pregunta multirrespuesta.

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

6.8. Actividades comunitarias en que participan los adultos mayores

La participación social es uno de los principales determinantes de un envejecimiento activo y de los elementos necesarios para evitar la soledad y la depresión que a la vez deriva en un deterioro físico y mental más acelerado en la tercera edad. Una de las actividades que más reportan beneficios a los mayores es la participación en actividades de voluntariado en que muchas veces perciben una pequeña remuneración, está visto que las personas que continúan trabajando después de los 60, son quienes menos disfrutan de participar en este tipo de actividades (LUM, 2005). Incluir a los adultos mayores en la sociedad y en actividades productivas promueve la armonía social y el desarrollo económico, aportando grandes beneficios para todos los ámbitos sociales (Bass, 1993). Para los adultos mayores es una oportunidad de sentirse útiles y lograr nuevas metas, lo cual aporta grandes beneficios a la salud. Al mantener su vida productiva tienen mejores perspectivas de bienestar económico, presentando menos probabilidades de ser una carga económica para la sociedad que provee sus pensiones y para sus familias en caso de que éstas resulten insuficientes. Por otro lado, las aportaciones que con su experiencia hacen a la sociedad y a las instituciones en que laboran son enormes, contribuyendo a que no se tengan que cometer los mismos errores una y otra vez.

En la figura 3.74 se percibe que en todos los ámbitos planteados en esta variable las mujeres tienen una mejor inserción en actividades de ocio que los varones. Quienes no realizan actividades determinadas en sus tiempos de ocio 57.8% son varones y 45.3% mujeres. El 39% de las mujeres realizan actividades religiosas y el 24.3% lo hacen hombres. Ante los datos que ofrece el cuadro 3.61 el 12% de las mujeres realizan actividades de voluntariado y únicamente el 10.7% de hombres. 8.5% de las mujeres participan en asociaciones para adultos mayores y solo el 6.8% de los hombres. La participación en programas de educación para adultos mayores es muy baja, 3% mujeres y 1.9% varones. Existen en la actualidad numerosas estrategias de aprendizaje que se aplican en la niñez, gracias a eso los menores se adaptan a las actividades de estudio, en cambio estas no estuvieron al alcance de buena parte de los mayores, por lo cual al intentar integrarse a diferentes ámbitos de estudio en la tercera edad, aparte de aprender lo concerniente a las materias de estudio, deberán aprender a utilizar esas estrategias de enseñanza aparte de utilizar de manera acertada la tecnología que las nuevas generaciones

utilizan en sus procesos de aprendizaje (Gómez B.M., 2008). Las actividades de aprendizaje agilizan la mente aportando grandes beneficios a los adultos mayores, además facilitan el mantenerse actualizados en cuanto al conocimiento y les permite mantenerse activos con la ayuda de las nuevas tecnologías, que aunados a la experiencia y conocimientos adquiridos durante su vida suman una fuente de sabiduría invaluable para la sociedad de que forman parte.

Respecto a los cambios de hábitos que conciernen a las actividades que los mayores practican conforme van transcurriendo los años de la etapa de envejecimiento, de acuerdo el contenido del cuadro 3.61 se nota una disminución entre las personas que forman parte del primer grupo de edad y el de 75 y más. 50.3% de los de 60 a 74 años no practican actividad definida en sus tiempos de ocio. Se incrementa a 53.4% en el de 75 y más. Los actos religiosos disminuyen de 35.1% en el primer grupo de edad a 24.6% en el segundo. La participación en asociaciones para adultos mayores disminuye del 8.1% a 6.8% en el grupo de 75 y más. El porcentaje de participación en actividades educativas se mantiene igual en 2.5% y se nota un incremento significativo que pasa de 9.6% en la participación en actividades de voluntariado realizadas por el primer grupo de edad a 16.1% en el segundo. En el cuadro 3.61 desde el estado civil de los adultos mayores los que menos practican las actividades planteadas en sus tiempos de ocio son el 56% solteros de la tercera edad. Les siguen los casados, 51.7%, 48.7% de los divorciados no las practican y el porcentaje menor es el 48.4% de los viudos, que aun así son un porcentaje muy alto dado que el practicar actividades en el tiempo de ocio aporta grandes beneficios a las personas de la tercera edad.

En la medida que los mayores se integran a la comunidad se logran grandes beneficios ya que puede ser soporte para su familia en más de un sentido: económico, moral y como apoyo en las actividades y requerimientos de la vida familiar y de la comunidad en sus barrios. Si se pierde el contacto social o familiar se incrementan los riesgos de conflicto entre los diversos componentes de la sociedad (EROSTAT, 2012). En todos los rubros de participación en actividades de ocio quienes tienen los menores porcentajes de participación son los solteros. En actividades de voluntariado participan: 12.8% divorciados, 11.7% viudos, 11.6% casados y 8% solteros. El 35.2% de los viudos participan en actividades religiosas. No hay que olvidar que es mayor el número de viudas que viudos y que es más alta la cantidad de mujeres que participan en dicho tipo de

actividades de acuerdo con el cuadro 3.61. El 33.1% de los casados participan en actividades religiosas en sus comunidades, 20.5% de los divorciados y 32% solteros. En asociaciones para adultos mayores el 12.8% de los divorciados son el mayor porcentaje que participan, 9.4% viudos, 6.6% casados y tan solo el 4 % de los solteros. En actividades educativas: 3.9% viudos, 2.6% divorciados, 2.1% casados y ninguno de los solteros.

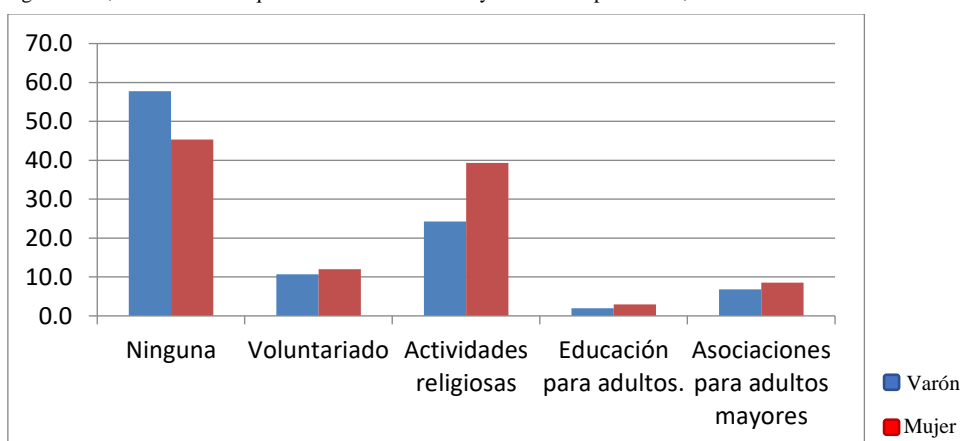
En el cómo define la actividad laboral que han realizado la mayor parte de sus vidas, las ocupaciones de ocio que realizan al llegar a la tercera edad, los que menos realizan actividades definidas en su tiempo libre son el 71% de los obreros calificados, seguidos por el 64.3% la población de docentes, 57.1% obreros no calificados, 52.2% profesionistas independientes, 51.2% quienes han tenido negocio propio, 50% funcionarios administrativos y de acuerdo a los datos que arroja el cuadro 3.61 quienes más realizan actividades en su tiempo de ocio son el 43.6% de las amas de casa. Los que más realizan actividades de voluntariado son el 14.3% de los obreros no calificados y los que menos las practican son el grupo de los obreros calificados, solamente el 6.5% de ellos las practican. Se encuentran en la media porcentual de quienes practican actividades de voluntariado en su tiempo de ocio son el 10.7% de los que han trabajado en su propio negocio. Como es de esperarse, puesto que son más las mujeres que practican actividades religiosas, son las amas de casa, 39.6%, el mayor porcentaje de quienes las realizan. En actividades de aprendizaje los obreros calificados más participan con el 6.5% y ninguna persona de quienes han tenido negocio propio, los obreros no calificados o los docentes, la media porcentual les corresponde a los funcionarios administrativos con el 2.4%. Por último, en el cuadro 3.61 y la figura 3. 75 se muestra de manera evidente, cómo en todos los casos los mayores porcentajes corresponden a quienes no practican actividades definidas en sus tiempos de ocio. Es probable que vean este tiempo como un tiempo de inactividad y no como aquel en que se pueden realizar actividades que puedan aportarnos bienestar o placer. También en dicha gráfica se puede captar cómo el siguiente porcentaje, de las actividades religiosas, para continuar con el voluntariado, las asociaciones para mayores y por último las actividades educativas.

De forma más específica en el cuadro número 3.61 se observa que existe mucha homogeneidad en los porcentajes de quienes no practican ninguna de las actividades propuestas en sus tiempos de ocio: el mayor corresponde al 55.2% de los mencionados,

el menor, 44.8% de los que ayudan en casa por una remuneración donde la media porcentual en este caso la ocupan el 52.6% que laboran media jornada. La variación se acentúa más en quienes practican actividades de voluntariado, el 17.2% que laboran en casa de manera remunerada más practican esta actividad y el menor, el 8% ocupan los pensionados y la media el 12.3% de quienes laboran media jornada.

En las actividades religiosas los que más participan son el 38.9% que atienden su casa. Cabe subrayar que en la cultura latina este tipo de labores son realizadas por mujeres en su gran mayoría, y los que menos son el 26.1% de quienes no trabajan. La media la ocupan el 31.9% que trabajan jornada completa. En cuanto los que practican actividades educativas, el mayor número es el del 5.3% y trabajan media jornada. Quizá éste sea el motivo por el que laboran media jornada, para poder acudir a los centros educativos el resto de ella. Los que menos se dedican a aprender ayudan en casa de manera remunerada. Ninguno de los que respondieron al cuestionario de esta tesis lo hace. La media está ocupada por el 2.9% que trabajan jornada completa. En cuanto a quienes participan en asociaciones para adultos mayores, el mayor porcentaje no trabajan, 15.2%, y el menor es el 2.9% y trabajan jornada completa, en la media se encuentran el 10.3% de quienes ayudan en casa (ver el cuadro número 3.61. y la figura 3.75).

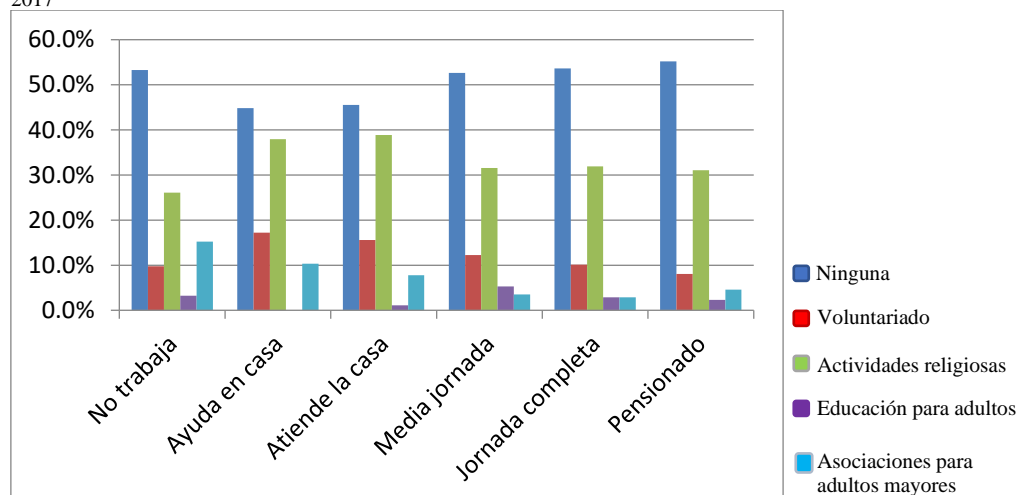
Figura 3.74., Actividades en que utilizan los adultos mayores su tiempo de ocio, de acuerdo con su sexo. Monterrey, 2017



* Pregunta multirrespuesta.

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.75., Actividades en que utilizan los adultos mayores su tiempo de ocio, de acuerdo con su condición laboral actual, Monterrey, 2017



* Pregunta multirrespuesta. Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.61. Actividades en que utilizan los adultos mayores su tiempo de ocio, en relación con sus características sociodemográficas Monterrey, 2017

Actividades comunitarias en que participan los adultos mayores						
Parámetros		Ninguna	Voluntariado	Actividades religiosas	Educación para adultos.	Asociaciones para adultos mayores
Sexo	Varón	57.8	10.7	24.3	1.9	6.8
	Mujer	45.3	12.0	39.3	3.0	8.5
Edad	60 a 74 años	50.3	9.6	35.1	2.5	8.1
	75 y más años	53.4	16.1	24.6	2.5	6.8
Estado civil	Casado	51.7	11.6	33.1	2.1	6.6
	Viudo	48.4	11.7	35.2	3.9	9.4
	Divorciado	48.7	12.8	20.5	2.6	12.8
	Soltero	56.0	8.0	32.0	0.0	4.0
Ocupación	Negocio propio	51.2	10.7	31.0	0.0	9.5
	Profesionista independiente	52.2	11.6	31.9	2.9	10.1
	Funcionario administrativo	50.0	9.5	38.1	2.4	7.1
	Ama de casa	43.6	12.8	39.6	3.4	8.1
	Obrero calificado	71.0	6.5	6.5	6.5	3.2
	Obrero no calificado	57.1	14.3	28.6	0.0	0.0
	Docente	64.3	7.1	21.4	0.0	7.1
Laboralmente activo	No trabaja	53.3	9.8	26.1	3.3	15.2
	Empleado(a) doméstico	44.8	17.2	37.9	0.0	10.3
	Labores del hogar	45.6	15.6	38.9	1.1	7.8
	Media jornada	52.6	12.3	31.6	5.3	3.5
	Jornada completa	53.6	10.1	31.9	2.9	2.9
	Pensionado	55.2	8.0	31.0	2.3	4.6

* Pregunta multirrespuesta.

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

6.9. Principales reivindicaciones de los adultos mayores sobre los espacios públicos al aire libre para pasear

Está comprobado que caminar en los espacios públicos al aire libre reporta grandes beneficios para los adultos mayores. Se han hecho estudios comparativos en que se demuestra que caminar mejora la velocidad de la marcha, la actividad cardiovascular, reduce los síntomas depresivos y reporta una mejora de la salud general de los adultos mayores que la practican (Simonsick, 2005). Si se incrementan los facilitadores en el entorno externo de los barrios en que habitan los mayores, se crean un mayor número de posibilidades de participación de estos en actividades físicas. Se ha demostrado la relación entre los facilitadores del entorno próximo a los hogares de personas de la tercera edad y su índice de caminabilidad. En el caso de aquellos que por sus limitaciones físicas no pueden alejarse demasiado, porque no les es físicamente posible caminar grandes distancias, reportan mejoras en su índice de caminabilidad en relación con el grado de satisfacción con respecto al entorno percibido en sus barrios (Eronen, 2014). En la comunidad de Monterrey, se reconoce que para los adultos mayores hacen falta árboles, bancas y bebederos en los espacios públicos al aire libre en los alrededores del lugar en que viven (ver figura 3.76 y cuadro 3.62).

Dadas las condiciones climáticas de Monterrey y su Área Metropolitana, los árboles y los bebederos resultan indispensables para pasear en los espacios públicos al aire libre, las altas temperaturas registradas a lo largo de los meses de marzo a septiembre en esa localidad, acompañadas de un alto grado de insolación, hacen, como se ha resaltado previamente, prácticamente imposible caminar al aire libre sin el cobijo de la sombra que bien podrían aportar los árboles, que a la vez mejorarían la calidad del aire en esta zona altamente contaminada, para los adultos mayores y para muchos otros miembros de la población, aún las personas jóvenes, es necesario después de una caminata, sentarse a descansar, la existencia de bancas en las aceras y plazas facilita que las personas se desplacen caminando, ya que aportan la posibilidad de descansar en caso necesario.

Los elementos más demandados son los bebederos, solicitados en un 46.2% por las mujeres y 41.7% de los varones piensan que deberían existir en las áreas destinadas a pasear en la proximidad de sus hogares. 46.7% de los varones creen que deben existir

bancas, así como el 39.7% de las mujeres. Los porcentajes en los requerimientos de bebederos y bancas son bastante aproximados a los que se reportan solicitando zonas arboladas, un 41.7% de los varones y 41% de las mujeres. Las áreas verdes generan grandes beneficios para la caminabilidad de los espacios públicos al aire libre y para la salud de los mayores que de ellos hacen uso (Takano, 2002; Keskinen, 2018). Además de los que necesitan árboles, el 40.3 % de los varones, y el 36.8% de las mujeres expresan que desearían que existieran jardines en los lugares para pasear que existen en el Área Metropolitana de Monterrey.

El que sigue en orden de importancia de acuerdo con la demanda de los adultos mayores es un “paisaje bonito” con un 39.3% de mujeres y 38,3% varones. Ante la figura 3.76 y cuadro 3.62, los lugares para leer y las fuentes siguen en importancia siendo un 34.5% de mayores varones y 27.4% de las mujeres afirman que es necesario un lugar adecuado para leer en los lugares para pasear. 33.5% de los varones y 33.3% de mujeres también piensan que deberían existir fuentes en los lugares para pasear. Esto reportaría un beneficio adicional a la fauna existente en la ciudad, ya que difícilmente los animales pueden encontrar lugares en que beber en la zona urbana de Monterrey.

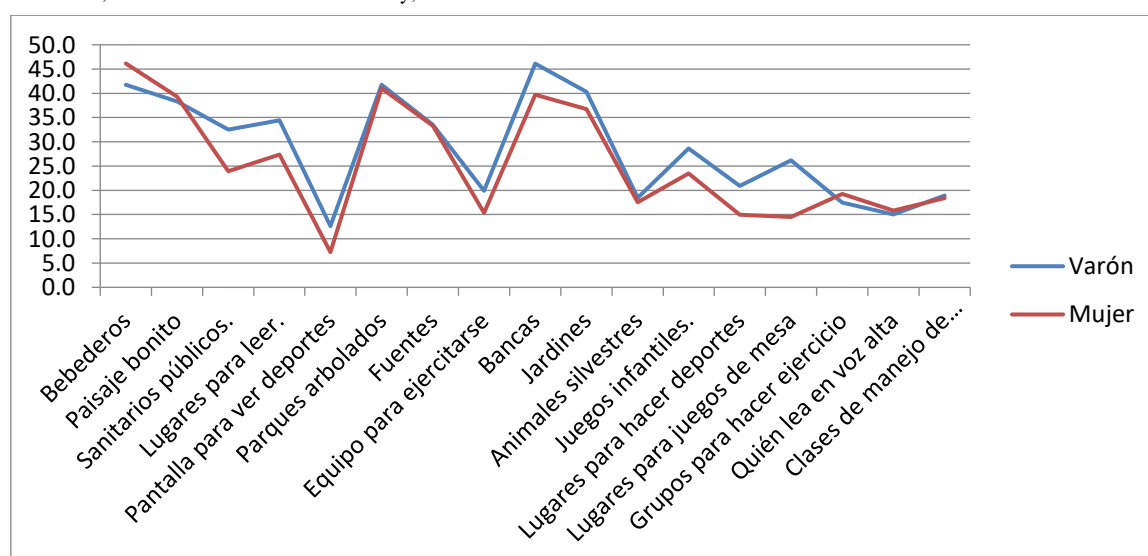
Uno de los problemas que se presenta en la tercera edad es la pérdida de control de la micción y en algunos casos de la función de defecar. Por lo cual sería benéfico para los mayores el poder contar con sanitarios públicos que además beneficiarían a otros sectores poblacionales como las mujeres embarazadas, que también ven aumentada la necesidad de orinar debido a la presión que el bebé ejerce sobre su vejiga. También es común que los niños, sobre todo los más pequeños, presenten dificultades para contener su deseo de evacuar u orinar. Todo ello hace pensar en la necesidad de implementar sanitarios públicos en las áreas urbanas. 32.5% de los varones y 23.9% de las mujeres encuestados manifestaron que les parece que en los lugares para pasear en sus barrios deberían existir servicios sanitarios.

Dado que los lugares para pasear, sobre todo las plazas, parques y jardines públicos son área de esparcimiento y por la facilidad que brindan para socializar, tanto con algunos miembros de la familia fomentando la interacción intergeneracional, como la convivencia con otros habitantes de la comunidad, el proveer de lugares para que los niños jueguen o los adultos de todas las edades puedan conversar, tomar un refresco o practicar juegos de

mesa es un gran motivador para los mayores que de esta manera podrían socializar y distraerse. 28.6% de los encuestados varones y 23.5% de las mujeres opinan que deberían existir juegos infantiles en los lugares para pasear en los barrios de Monterrey. 26.2% de los varones y 14.5% de las mujeres piensan que debería haber lugares adecuados para jugar juegos de mesa. Los porcentajes de quienes reclaman que debiera haber lugares para hacer deportes, equipo para ejercitarse y grupos para hacer ejercicio son en orden porcentual, 19.9% de los varones y 15.4% de las mujeres. 20.9% de los varones y 15% de las mujeres afirman que deberían existir espacios para hacer deporte. 19.2% de los varones y 17.5% de las mujeres que sería bueno crear grupos para hacer ejercicio.

Un porcentaje aproximado a estos últimos es el del 18.4% de los varones y el 17.5% de las mujeres que piensan que debería haber animales silvestres. Por otra parte, el 18.9% de los varones y el 18.4% de las mujeres creen que sería conveniente que hubiera clases para aprender a utilizar los aparatos modernos, como los cajeros automáticos, celulares, computadoras y otros. Por último, están los que requieren de quien les lea en voz alta. Cabe mencionar que las personas con enfermedad de Parkinson requieren de ayuda en este aspecto y también otros con problemas visuales agudos. El 15.8% de los varones y 15% de las mujeres expresaron que este tipo de actividad les sería de utilidad y 12.6% de los varones seguidos por 31 7.3% de las mujeres piensan que debería haber pantallas para ver deportes.

Figura 3.76. En los espacios dedicados para pasear en la proximidad de sus hogares, los adultos mayores piensan que deberían de existir, de acuerdo con su sexo. Monterrey, 2017



* Pregunta multirrespuesta.

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

En lo que respecta a las variaciones de opinión del grupo de edad de 60 a 74 años con respecto al de 75 y más cabe mencionar que en general las diferencias de opinión respecto a lo que debería existir en los lugares para pasear en las proximidades del hogar presentan poca diferencia, la más grande es respecto a la existencia de jardines: 50% de la población de 75 y más opina que deberían existir jardines en las áreas para pasear y solo 33.9% de los de 60 a 74, piensan de esta manera. El otro punto en que se presenta una diferencia considerable es en lo que respecta a la existencia de paisajes agradables en las áreas en cuestión, pues 50% de los adultos mayores opinan que deberían existir paisajes bonitos en los lugares para pasear en la proximidad de sus barrios y solo el 34.8% de los de 60 a 74 opinan de esta manera. De acuerdo con el porcentaje de personas que opinaron respecto a qué elementos deberían existir en los lugares públicos para ejercitarse, en orden descendente el 46.6% de los de 75 y más y el 41.3% de los más jóvenes piensan que deberían existir bancas en esos lugares. Sobre los bebederos es uno de los rubros en que la opinión de los más jóvenes es mayor, un 45.7% de ellos y únicamente 39.8% de los de 75 y más opinan de esta manera. En cuanto a la existencia de árboles en los lugares para pasear, la opinión de ambos grupos de edad es bastante homogénea, 41.5% de los de 75 y más y 41.3% de los de 60 a 74, opinan que deberían existir áreas arboladas. Los lugares para leer ocupan el siguiente rubro: 30.7% de los más jóvenes y 30.5% de los de 75 y más afirman que debe haber lugares para leer en los espacios públicos al aire libre. Para continuar en orden descendente, están los que opinan que deberían existir sanitarios públicos en los espacios públicos para pasear en la proximidad de los barrios en que habitan, 28.8% de los de 75 y más y 27.6% de los de 60 a 74, opinan que debería de existir. La presencia de animales silvestres sigue en el orden porcentual: 20.3% de los de 75 y más y 17.1% de quienes tienen de 60 a 74, piensan que sería bueno que hubiera animales silvestres en las áreas para pasear en la proximidad de los barrios en que habitan.

Existe una clara relación entre la actividad física de los de la tercera edad y la manera en que estas personas perciben el ambiente de los lugares que rodean el lugar en que viven (Chaudhury et al., 2016). Si las personas tuvieran a su alcance lo necesario para sentir el entorno confortable, se incrementaría la posibilidad de que dichas personas hicieran uso de estos. La existencia de fuentes es requerida por el 33.5% de los de 60 a 74 y 33.1% de los de 75 y más. 21.2% del segundo grupo de edad y 17.4% del primero piensan que

deberían existir grupos para hacer ejercicio. 19.5% de los del segundo grupo y 18.3% del primero el haber clases para aprender a utilizar la tecnología moderna. En este rubro existen dos maneras de abordar el uso de la tecnología moderna por las personas mayores, uno como usuarios directos y activos, esto se refiere al uso de celulares, cajeros automáticos y objetos electrónicos para el hogar entre otros, ya que por otra parte existen una serie de aparatos que pueden auxiliarlos para su bienestar, como son los sistemas de localización en caso de que se extraviaran, los soportes clínicos que los auxilien con sus problemas de salud y otros. Ambos modos de utilizarlos no son excluyentes uno del otro. Pudiera ser que muchos de ellos no únicamente ayudaran a los mayores, sino que fueran manejados por ellos (Gil, 2015). En ambos la tecnología moderna puesta al alcance de los mayores, resulta ser una gran herramienta para mejorar su calidad de vida y su integración social. 28% de los mayores encuestados de 75 y más y 25.2% de los del primer grupo, piensan que deberían existir juegos infantiles en los lugares para pasear. 20.2% del primer grupo de edad y 19.5% del segundo opinan que deberían existir espacios para jugar juegos de mesa en los espacios para pasear próximos a sus hogares. Los lugares para hacer deportes en las áreas para pasear en la proximidad de sus barrios ocupan el siguiente lugar en importancia para los adultos mayores, 20.3% de los de 75 y más y 16.8% de los de 60 a 74 años, piensan que deberían de existir este tipo de instalaciones en los espacios para pasear. El 19.5% de los del segundo grupo y el 16.8% de los de 60 a 74 piensan que debería haber equipo para ejercitarse. 15.5% de los de 60 a 74 y 15.3% de los de 75 más cree que sería útil que en los espacios para pasear hubiera quien les leyera en voz alta. Por último, están los que piensan que debería haber pantallas para ver deportes en los espacios públicos abiertos para pasear, 11.9% de los de 75 y más y 9% del primer grupo de edad así lo manifiestan (ver cuadro 3.62).

De los que opinan que debe haber bebederos el 46.7% son casados, 41.4% viudos (ambos con posibilidades de tener familia que los acompañe a pasear), 38.5% divorciados y 36% solteros. 45.3% de los viudos, 44.2% de los casados, 33.3% de los divorciados y 32% de los solteros piensan que debería haber bancas. El mayor porcentaje que opinan que debería haber árboles son el 48.7% de los divorciados, seguidos por 41.3% de los casados, 40.6% viudos y 32% solteros. A continuación, quienes opinan que debe haber jardines, el mayor porcentaje es el del 43% viudos, siguen el 38.5% divorciados, el 36.8% casados y de nuevo al último 32% solteros.

El porcentaje más alto de los expresados de acuerdo con la actividad laboral que los mayores han realizado la mayor parte de su tiempo laboral activo es el del 71.4% de los docentes que afirman deben existir paisajes bonitos en los espacios para pasear en el Área Metropolitana de Monterrey. El menor porcentaje que opinan así es el del 16.1% de los obreros calificados y la media porcentual es ocupada por el 43% de las amas de casa. También es la opinión más fuerte la expresada por los docentes: un 64.3% opinan que debe haber parques arbolados para pasear en la proximidad de los barrios en que habitan, y los que menos opinaron de esta manera fueron el 23.8% de los obreros no calificados mientras que la media la ocupan el 44.9% de los profesionistas independientes. El 50% de los docentes y los que han laborado como funcionarios administrativos piensan que deberían existir bebederos en las áreas para pasear, y solo el 19% de quienes han laborado como obreros no calificados piensan igual que ellos y la media porcentual que opinaron lo mismo fueron el 38.7% de los obreros calificados. El 57.1% de los que han laborado como docentes, afirman que en los lugares para pasear debería haber lugares para leer y menos opinan así son el 9.7% y han laborado como obreros calificados. La media de quienes comparten esta opinión son el 35.7% de quienes poseen negocio propio.

Como se ha señalado, salir a los espacios públicos al aire libre incrementa los índices de actividad física de los adultos mayores y que dada la tendencia al envejecimiento de la sociedad actual sería altamente beneficioso tanto para los individuos como para la sociedad el que los mayores pensaran que es atractivo salir a pasear en la proximidad de sus barrios (Portegijs, 2015). También son los docentes quienes mayormente opinan que deberían existir bancas en los lugares para pasear, el 50% de ellos lo expresaron así; y únicamente el 22.6% de los obreros calificados, el 38.1% de los mayores que han laborado como obreros no calificados se aproximan a la media porcentual. El 55.1% de los profesionistas independientes opinan que debería haber jardines en los espacios para pasear y menos opinan de esta manera son el 22.6% de los obreros calificados, la media porcentual de quienes comparten esta visión son el 39.3% de los que han laborado en su propio negocio.

El 47.8% de los profesionistas independientes opinaron que deben existir fuentes en los lugares para pasear, al igual que el 19% de los obreros no calificados. La media porcentual de quienes opinaron así fueron el 32.2% de las amas de casa. 35.7% de los que durante su vida laboral han trabajado como docentes piensan que deben existir juegos

infantiles en las áreas para pasear de los barrios en que habitan, el menor porcentaje que comparten esta opinión es el del 12.9% siendo los que han laborado como obreros calificados, la media en este caso la ocupan el 24.2% quienes han sido amas de casa. Jugar juegos de mesa es altamente beneficioso para la mente y si se realizan en grupo reportan beneficios también por la integración social que favorece, el 35.7% de aquellos que han trabajado como docentes, sostienen que deben existir lugares para jugar juegos de mesa en los espacios destinados para pasear en la proximidad de sus barrios, el menor porcentaje es el del 12.8% de los que han laborado como amas de casa.

La población que mayormente ha expresado su deseo de que existan sanitarios públicos en las áreas para pasear son el 45.2% de los obreros no calificados y los que menos lo requieren son el 14.3% de los docentes. La media de quienes así opinan es de 26.1% de los profesionistas independientes. 23.8% de quienes han laborado en su propio negocio opinaron que deben existir lugares para hacer deportes en los espacios destinados para pasear en la cercanía del lugar en que habitan, y solamente el 9.5% de los obreros no calificados opinaron de esta manera y la media porcentual de quienes así opinan es la del 23.8% ocupándola los que han tenido negocio propio. Quienes piensan que se verían beneficiados si hubiera grupos para hacer ejercicio en las cercanías de sus barrios son el 29% de los profesionistas independientes, y únicamente el 7.1% de los docentes comparten esta opinión. La media porcentual que así opinan corresponde al 16.8% de las amas de casa. Sin embargo, el mayor porcentaje de quienes piensan que deben existir aparatos para hacer ejercicio en los espacios para pasear son el 28.6% de los docentes y de los funcionarios administrativos, únicamente el 4.8% de los obreros no calificado comparten su opinión, la media les corresponde al 15.5% son los que tienen su propio negocio.

Uno de los problemas que se presenta en muchas personas que padecen problemas psicomotrices, que en muchas ocasiones se manifiestan como resultantes de problemas de salud, como el Parkinson o PCI, es la incapacidad para sostener un libro y en algunos casos la incapacidad para mantener la cabeza en la posición adecuada para realizar una lectura. Por este motivo es necesario en ocasiones que las personas cuenten con quienes puedan dedicar su tiempo para leerles: el 42.9% de los obreros no calificados piensan que debería existir personas que leyeran en voz alta para los demás en los lugares destinados para pasear, mientras que el porcentaje más pequeño que opinan de esta manera y se ve

reflejado en el cuadro 3.62 es el 9.5% de los que han laborado como funcionarios administrativos. La media porcentual de quienes piensan de esta manera no se presenta en este caso. Por otra parte, el 27.4% opinan que deberían ofrecerse cursos para aprender a utilizar las nuevas tecnologías, aunque únicamente el 9.5 % de los funcionarios administrativos piensan que esto sea conveniente. En la media porcentual se encuentran el 18.8% de los profesionistas independientes. El 27.5% de estos últimos opinan que sería bueno que existieran animales silvestres en las áreas para pasear, aunque ninguno de los docentes u obreros calificados comparten su opinión. El 14.3%, los que han tenido negocio propio, son la media porcentual que comparten esta opinión. 19.4% de los obreros calificados y 4.8% de los no calificados piensan que deben existir pantallas para ver deportes en los lugares para pasear, el 14.3% de los docentes se acercan a la media porcentual de quienes opinan de esta manera.

Las personas mayores han crecido en un ambiente de trabajo y puede resultar difícil adaptarse a la sana utilización del tiempo de ocio (Ramos, 1995). Se deben poner al alcance de los mayores, opciones para lograr utilizar su tiempo libre de forma provechosa. Al llegar a la jubilación muchos adultos mayores se encuentran a ante la disyuntiva de la elección de las actividades que deben llenar las horas en que se encontraban laborando, de acuerdo a lo mostrado en el cuadro 3.62, con respecto a su situación laboral actual, el 56.5% de las personas mayores que continúan laborando jornada completa opinan que deben existir bebederos en los lugares para ejercitarse. Es importante conocer qué elementos resultan necesarios para brindar confort a los mayores en las mencionadas áreas a fin de que resulten atractivas para las personas de la tercera edad. Solamente el 37.9% de los que se encuentran pensionados comparten la opinión de los que laboran jornada completa, la media porcentual de quienes piensan que deben existir bebederos en los espacios para pasear es el 44.4% de quienes atienden su casa como actividad laboral después de los 60 años.

Quienes afirman que debe existir un paisaje bonito son el 48.3% de quienes trabajan en casa de manera remunerada, el menor porcentaje que así piensan es el 33.3% y trabajan jornada completa. El porcentaje medio lo ocupan el 42.1% que trabajan media jornada. 46.4% de los que laboran jornada completa manifiestan que hacen falta árboles en los lugares para pasear que existen en sus barrios y el 36.8% que trabajan media jornada es el menor porcentaje de quienes así opinan, el 41.1% de los que atienden su casa se

encuentran más cerca de la media porcentual de quienes piensan que es necesario tener parques arbolados. El 65.5% que laboran en casa de forma remunerada creen que es bueno que existan bancas en los lugares para pasear. Muchos de los actuales usos que se dan a algunos edificios deberán cambiar, desaparecer o transformarse de acuerdo con las necesidades de la población envejecida, los parques y jardines públicos podrían ceder sus espacios destinados a los juegos infantiles a aquellos equipados para actividades recreativas de los adultos mayores (Narváez, 2002). El 33.3% de quienes laboran media jornada son los que menormente necesitan de bancas en los espacios para pasear, la media porcentual de quienes piensan igual son el 45.7% de los que no trabajan en la actualidad.

Quienes han sugerido que haya jardines en las áreas en cuestión son en su mayoría el 51.7% de los que ayudan en casa de manera remunerada y los que menos el 34.4% que atienden su propia casa. Mientras el porcentaje medio lo ocupan el 43.9% de los que trabajan media jornada. La cifra mayor de los que piensan deben existir fuentes en los espacios para pasear en la proximidad de los lugares en que viven es el 42% de los que trabajan jornada completa y el menor el 29.9% de los pensionados. La media porcentual es del 35.1% de los que trabajan media jornada. Los que más demandan sanitarios públicos son el 33.3% de los que trabajan jornada completa y los que menos el 17.2% que ayudan en casa por una remuneración. La media de los que así opinan son el 22.8% de los que trabajan media jornada. El 39.1% de los que laboran jornada completa desearían que en los lugares para pasear próximos a su casa hubiera espacios adecuados para leer solamente el 22.2% de los que trabajan atendiendo sus casas comparten su opinión en la media de quienes así opinan se encuentra el 36.2% de los que no laboran.

Un porcentaje bastante alto de adultos mayores opinan que deberían existir jardines en los espacios para pasear: el 51.7% que laboran ayudando en casa por una remuneración son el mayor número, el menor es el 34.4% de los que atienden su propia casa y el porcentaje medio es el del 43.9% de los que trabajan media jornada. 29.8% piensan que deben existir juegos infantiles. Es prudente recordar que los adultos mayores cuando se recluyen a sus hogares se deterioran más rápidamente. Un buen mensaje es aprender desde la juventud a valorar a los mayores pues es una época de la vida alcanzable para muchos (Balut, 2014). Para los mayores es de suma importancia lograr enrolarse en la sociedad, ya que, debido a los cambios en su estructura social provocados por los hechos

propios de ese período de la vida, como la jubilación, viudez, muerte de familiares y amigos, es crucial su reinserción social.

Llevar a los nietos al parque es una de las actividades más gratificantes tanto para los infantes como para los abuelos, fomenta la interacción intergeneracional y la actividad física de ambas partes; por este motivo siempre será una buena inversión para la sociedad el equipamiento de los parques y jardines de los barrios de Monterrey y su Área Metropolitana con juegos infantiles. El menor de los porcentajes de los entrevistados que consideran debe haber juegos infantiles en los parques y jardines son el 18.4% de los pensionados. Por otra parte, el 24.1% de quienes laboran en casa por una remuneración opinan que debieran existir animales silvestres en los lugares para pasear mientras el 18.4% de los pensionados opinan de la misma manera.

Quien les lea en voz alta es requerido por el 34.5% de quienes ayudan en casa por una remuneración, el menor número que así opinan son el 12.3% de quienes trabajan media jornada. 26.3%. Al mismo tiempo, quienes laboran media jornada piensan que deben existir lugares para practicar juegos de mesa en los espacios para pasear y el menor porcentaje de quienes opinan de esta manera son el 12.2% que atienden su propia casa, la media porcentual en este caso les corresponde al 17.4% de los que no trabajan. 26.1% que laboran jornada completa dijeron que debe existir equipo para ejercitarse en lugares para pasear cerca de sus casas, y únicamente el 10.9% de los que no trabajan comparten su opinión. En la media se encuentran el 15.6% de quienes atienden su propia casa.

Una vez más: la práctica de actividad física por los adultos mayores puede evitar y en algunos casos revertir el rápido deterioro físico o mental que se presenta, como la sarcopenia o la disminución de la densidad ósea. (Ceballos, 2012). El practicar ejercicio en grupo, en parques y plazas públicas resulta muy motivador para las personas de la tercera edad, favorece su integración social y mejora su condición física. El 30.4% de los entrevistados para esta tesis que laboran jornada completa son el mayor de los porcentajes que opinan que debe haber lugares para hacer deportes en los lugares para pasear en la proximidad de sus hogares, el menor de los porcentajes de quienes así piensan son el 11.5% de los pensionados. La media es el 24.6% y corresponde a quienes trabajan media jornada. Y el 24.6% que laboran jornada completa piensan que deberían existir grupos para hacer ejercicio en las plazas próximas al lugar en que residen, mientras el menor

porcentaje que creen de esta forma son el 16.1% los pensionados, y la media porcentual de quienes así opinan son el 21.1% que trabajan media jornada.

Ya se ha recalcado que la tecnología moderna puesta al servicio de los mayores puede ser altamente benéfica tanto en lo personal como para la integración social. Una manera de facilitarlo es implementar pantallas para que se presentaran espectáculos como partidos de futbol, deporte muy apreciado por muchos de los miembros del Área Metropolitana de Monterrey. Dichas pantallas podrían ser fijas o móviles, pero en definitiva serían una gran oportunidad para integrar a las comunidades que forman parte de la ciudadanía de Monterrey. El 13.8% de los pensionados entrevistados piensan que sería bueno que existieran estas pantallas, y el menor número que han reaccionado a favor son el 3.3% de quienes atienden su casa, la media porcentual de quienes así opinan son el 8.8% de los que trabajan media jornada. Por último, el 20.3% de los que laboran jornada completa sugieren que debería haber clases para el uso de aparatos modernos y en menor porcentaje el 15.8% de los que trabajan media jornada. La media es el 19.5% correspondiente a los que están pensionados (ver cuadro 3.62).

Cuadro 3.62. En los espacios dedicados para pasear en la proximidad de sus hogares, los adultos mayores piensan que deberían de existir, de acuerdo con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Lo que debería de haber en los espacios para pasear en la opinión de los adultos mayores																	
Parámetros	Bebedores	Paisaje bonito	Sanitarios públicos.	Lugares para leer.	Pantalla para ver deportes	Parques arbolados	Fuentes	Equipo para ejercitarse	Bancas	Jardines	Animales silvestres	Juegos infantiles	Lugares para hacer deportes	Lugares para juegos de mesa	Grupos para hacer ejercicio	Quién les en voz alta	Clases de manejo de aparatos modernos
Sexo	Varón	41.7	38.3	32.5	34.5	12.6	41.7	33.5	19.9	46.1	40.3	18.4	28.6	20.9	26.2	17.5	15.0
	Mujer	46.2	39.3	23.9	27.4	7.3	41.0	33.3	15.4	39.7	36.8	17.5	23.5	15.0	14.5	19.2	15.8
Edad	60 a 74 años	45.7	34.8	27.6	30.7	9.0	41.3	33.5	16.8	41.3	33.9	17.1	25.2	16.8	20.2	17.4	15.5
	75 y más años	39.8	50.0	28.8	30.5	11.9	41.5	33.1	19.5	46.6	50.8	20.3	28.0	20.3	19.5	21.2	15.3
Estado civil	Casado	46.7	38.4	27.3	34.3	13.2	41.3	32.6	19.4	44.2	36.8	19.4	29.3	19.8	24.4	20.2	14.5
	Viuado	41.4	43.8	26.6	25.0	4.7	40.6	33.6	15.6	45.3	43.0	16.4	21.9	14.8	11.7	10.9	21.9
	Divorciado	38.5	33.3	38.5	35.9	7.7	48.7	41.0	15.4	33.3	38.5	23.1	25.6	20.5	28.2	25.6	12.8
	Soltero	36.0	28.0	16.0	24.0	8.0	32.0	32.0	12.0	32.0	32.0	8.0	20.0	12.0	4.0	24.0	0.0
Ocupación	Negocio propio	45.2	34.5	33.3	35.7	7.1	45.2	31.0	15.5	40.5	39.3	14.3	28.6	23.8	23.8	14.3	14.3
	Profesionista independiente	46.4	52.2	26.1	42.0	18.8	44.9	47.8	18.8	55.1	55.1	27.5	34.8	21.7	23.2	29.0	15.9
	Funcionario administrativo	50.0	23.8	35.7	28.6	7.1	33.3	31.0	28.6	40.5	35.7	21.4	23.8	19.0	33.3	26.2	9.5
	Ama de casa	45.6	43.0	21.5	24.8	6.0	43.6	32.2	13.4	45.0	36.2	19.5	24.2	15.4	12.8	16.8	13.4
Laboralmente activo	Obrero calificado	38.7	16.1	45.2	9.7	19.4	32.3	35.5	25.8	22.6	22.6	0.0	12.9	9.7	12.9	9.7	16.1
	Obrero no calificado	19.0	42.9	19.0	28.6	4.8	23.8	19.0	4.8	38.1	33.3	9.5	14.3	9.5	28.6	14.3	42.9
	Docente	50.0	71.4	14.3	57.1	14.3	64.3	28.6	28.6	50.0	35.7	0.0	35.7	14.3	35.7	7.1	14.3
	No trabaja	50.0	35.9	32.6	32.6	7.6	44.6	30.4	10.9	45.7	41.3	12.0	27.2	13.0	17.4	16.3	13.0
Laboralmente activo	Ayuda en casa	27.6	48.3	17.2	34.5	6.9	44.8	41.4	20.7	65.5	51.7	24.1	27.6	13.8	17.2	13.8	34.5
	Atiende la casa	44.4	43.3	21.1	22.2	3.3	41.1	31.1	15.6	38.9	34.4	18.9	27.8	16.7	12.2	18.9	15.6
	Media jornada	42.1	42.1	22.8	36.8	8.8	36.8	35.1	17.5	33.3	43.9	17.5	29.8	24.6	26.3	21.1	12.3
	Jornada completa	56.5	33.3	33.3	39.1	17.4	46.4	42.0	26.1	44.9	36.2	23.2	29.0	30.4	26.1	24.6	13.0
	Pensionado	37.9	35.6	32.2	27.6	13.8	39.1	29.9	20.7	44.8	36.8	17.2	18.4	11.5	23.0	16.1	14.9

* Pregunta multirrespuesta.

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Capítulo VII: Infraestructuras, equipamientos y servicios en el vecindario

Adecuar el mercado y mercadotecnia a las necesidades de los adultos mayores sería benéfico, no únicamente para los de 60 y más, sino para quienes buscan acceder a nuevos y productivos mercados con el fin de obtener ganancias. El mercado que representa a los Adultos Mayores se encuentra en constante crecimiento (Alcaide, 2009). Para percatarse de ello, basta con ver los cambios de la pirámide poblacional y atender a la tendencia al envejecimiento poblacional al que se enfrentan muchos de los países, donde México no es la excepción.

Los adultos mayores no se dejan llevar tanto por la moda como los jóvenes, por lo cual su lealtad como consumidores es más sólida. Son personas que se sienten más cómodas con el mercado cara a cara. El lograr que los mayores tengan acceso a los lugares en que hacen las compras, da como resultado una mayor independencia, lo cual propicia que se mejore su autoestima y que las personas que debieran auxiliarla o acompañarla al hacer sus compras puedan dedicar el tiempo que los mayores entregan a la adquisición de bienes o servicios a otros menesteres. Son muchos los factores que intervienen para lograr que los mayores se sientan cómodos al realizar las compras, desde cómo se trasladan a los lugares en que realizan sus adquisiciones hasta la disposición adecuada de los productos en los centros de venta. Si tanto las vías de acceso como los lugares en que se realizan las compras se adecuan a los mayores, estarán por ende mejor adecuados a las necesidades del resto de la población.

7.1. Existen lugares para hacer compras cerca de la casa de los mayores

En el Área Metropolitana de Monterrey, los adultos mayores piensan en su mayoría que pueden realizar las compras en su localidad: Aquellos que afirman que siempre pueden realizar las compras en su localidad son el 44% de mujeres y el 43.7% los varones. Casi siempre el 31.1% hombres y el 27.4% mujeres, y continúa disminuyendo donde los que piensan que algunas veces pueden hacer las compras en sus barrios son el 20.9% de las mujeres y el 18% de varones. Los adultos mayores que casi nunca pueden hacer las compras cerca de su hogar son el 3.9% de los varones y el 2.6% de las mujeres, y los que no pueden hacer esta actividad en las proximidades del lugar en que habitan corresponden 5.1% de las mujeres y 3.4% los varones. En el cuadro 3.63 se ve la variación porcentual de las opiniones de los hombres con respecto a la de las mujeres, en referencia a poder hacer las compras cerca de su casa.

Lo mismo sucede entre quienes pertenecen al grupo de edad de 60 a 74 o al de 75 y más donde únicamente existen discrepancias entre los que nunca pueden hacer las compras cerca de sus hogares, 5% de los más jóvenes dicen que nunca les es posible y la mitad de dicho porcentaje, el 2.5% que poseen 75 y más opinan igual. En cambio, un gran porcentaje de ambos grupos de edad, esto es, el 45.8% de los de 75 y más y 43.2% de los del primer grupo de edad, siempre pueden hacer las compras cerca de sus casas. 29.2% de los del grupo más joven y 28.8% del de 75 y más casi siempre pueden hacer las compras cerca de casa. 21.2% de los del segundo grupo y 18.9% del primero algunas veces pueden hacer compras en la proximidad de sus barrios. El 3.7% del grupo más joven y 1.7% de 75 y más casi nunca pueden hacer las compras cerca de su casa.

Al igual que en el caso de las diferencias respecto al sexo de los encuestados en este caso tampoco muestran grandes variaciones entre uno y otro grupo de edad, exceptuando el caso de los que nunca pueden hacer las compras, pero también es cierto que son porcentajes muy pequeños. Continuando con el cuadro 3.63., se observaron algunas variaciones en lo que respecta a los porcentajes de las personas que siempre pueden hacer las compras cerca de sus casas, esto desde el enfoque del estado civil de cada uno de ellos. 59% de los divorciados pueden hacer las compras en la proximidad de sus barrios

siempre, en cambio únicamente el 39.8% de los viudos pueden. Esto podría ser debido a la dependencia que los viudos tuvieron durante su vida respecto a su pareja a la hora de hacer sus compras. 48% de los solteros y 43.4% de los casados siempre pueden hacer las compras cerca de sus casas.

Si dividimos a la población desde el punto de vista de la actividad laboral que ejercieron la mayor parte de sus vidas, el 50.7% de los que han sido profesionistas independientes son el mayor grupo que siempre puede hacer las compras cerca de su casa. El menor porcentaje son el 32.2% de los obreros calificados y la media porcentual de quienes siempre pueden hacer las compras en lugares próximos a sus hogares son el 41.6% de las amas de casa. El 32.1% de los que han tenido negocio propio casi siempre hacen las compras cerca del lugar en que habitan, el menor porcentaje de quienes así los hacen son el 14.3% de los obreros calificados.

La media porcentual de los que casi siempre hacen sus compras cerca de casa son el 23.8% siendo funcionarios administrativos. El 33.3% de los que han laborado como obreros no calificados, y en menor porcentaje el 11.6% han sido profesionistas independientes, así como su media corresponde al 21.5% de amas de casa que algunas veces hacen las compras cerca de casa. 14.3% de los docentes casi nunca hacen las compras cerca de casa y el mayor porcentaje de quienes así lo hacen son el grupo de los obreros calificados con un porcentaje nulo. Quienes nunca hacen las compras cerca de casa son en mayor porcentaje el 9% de los obreros calificados y el menor corresponde a los docentes con el 0%, en la media se encuentran el 4.8% de los obreros no calificados.

Los hábitos de los mayores cambian substancialmente al modificar su vida laboral después de los 65. A este respecto el 55.1% de los que trabajan jornada completa son el mayor porcentaje de los que siempre compran cerca de casa y el menor quienes así proceden son el 42.2% de los que atienden su propia casa. No existe mucha variación al respecto. El 39.1% de los pensionados y 20.7% de los que no trabajan, con su media porcentual del 30% de quienes atienden su casa casi siempre hacen sus compras cerca de casa. El 26.1% de los que no laboran, el 14% lo hacen y trabajan media jornada. La media porcentual corresponde al 21.5% de las amas de casa, y algunas veces hacen las compras cerca de casa. El 6.9% de los que laboran en casa por una remuneración y 0% de los pensionados, con su media porcentual del 3.5% de quienes trabajan media jornada, casi

nunca hacen sus compras cerca de casa. El 5.4% de los que no trabajan, 1.8% laboran media jornada y la media, 3.4% son quienes ayudan en casa por una remuneración, son los que nunca hacen las compras cerca de casa (ver cuadro 3.63.).

Cuadro 3.63. Existencia de lugares para hacer compras cerca de la casa de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

35.1 Puedo hacer compras en tiendas locales							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	3.4	3.9	18.0	31.1	43.7	100.0
	Mujer	5.1	2.6	20.9	27.4	44.0	100.0
Edad	60 a 74 años	5.0	3.7	18.9	29.2	43.2	100.0
	75 y más años	2.5	1.7	21.2	28.8	45.8	100.0
Estado civil	Casado	3.7	3.7	19.4	29.8	43.4	100.0
	Viudo	5.5	2.3	21.9	30.5	39.8	100.0
	Divorciado	5.1	2.6	10.3	23.1	59.0	100.0
	Soltero	4.0	4.0	20.0	24.0	48.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	3.6	2.4	14.3	32.1	47.6	100.0
	Profesionista independiente	2.9	4.3	11.6	30.4	50.7	100.0
	Funcionario administrativo	2.4	2.4	26.2	23.8	45.2	100.0
	Ama de casa	5.4	2.0	21.5	29.5	41.6	100.0
	Obrero calificado	9.7	0.0	32.3	25.8	32.3	100.0
	Obrero no calificado	4.8	4.8	33.3	14.3	42.9	100.0
	Docente	0.0	14.3	14.3	28.6	42.9	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	5.4	4.3	26.1	20.7	43.5	100.0
	Empleado(a) doméstico	3.4	6.9	20.7	24.1	44.8	100.0
	Labores del hogar	4.4	3.3	20.0	30.0	42.2	100.0
	Media jornada	1.8	3.5	14.0	36.8	43.9	100.0
	Jornada completa	2.9	4.3	14.5	23.2	55.1	100.0
	Pensionado	4.6	0.0	19.5	39.1	36.8	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.2. Las distancias que hay que recorrer a pie desde su casa hasta las áreas para hacer compras

Ante la perspectiva de una población en constante estado de envejecimiento, las autoridades deben prever el presupuesto adecuado para facilitar la movilidad de una población envejecida, además facilitar la movilidad hacia las áreas en que se puede acceder al transporte urbano, así como incrementar las medidas de seguridad en los lugares de mayor afluencia de medios de transporte, para que personas con las características de las personas mayores puedan hacer uso de las mismas sin correr grandes riesgos. Así mismo, se anticipa que la tendencia de la población en proceso de envejecimiento sea a utilizar mayormente automóviles privados, por lo cual el equipamiento urbano deberá contar con las características adecuadas para ser utilizados por personas de la tercera edad (Progress Consulting, 2011).

Los medios de transporte público y los accesos a los mismos deberán contar con las adecuaciones pertinentes para ser de utilidad a las personas de la tercera edad. Los cambios en la estructura familiar han dado como resultado que los adultos mayores vivan solos con mayor frecuencia que antaño, además deben vivir en circunstancias económicas más limitadas y muchas veces precarias. Si existiera la posibilidad de permitir que los mayores siguieran laborando después de los 65 años a voluntad se lograría que tuvieran un mayor ingreso, con esto menguaría la carga que dicho sector poblacional representa para el erario público, sobre todo en el sector salud, y a la vez disminuir la dependencia de gasto familiar que representan en la actualidad. Los medios de transporte que existen en las zonas periféricas o alejadas deben incrementarse, así como adecuar sus características a una población envejecida o en este caso en proceso de envejecimiento.

Respecto a que existan distancias a pie que los mayores recorren desde su casa (cuadro 3.64.), si se analizan las respuestas que corresponden al sexo de la población de mayores, las diferencias no son muy significativas entre hombres y mujeres, quienes nunca tienen poca distancia que caminar para lograr llegar a los lugares en que hacen las compras en sus barrios son el 6.3% de los varones y el 5.1% de las mujeres. Esto significa que son pocas las personas dentro del grupo de la tercera edad que tienen que recorrer grandes distancias a pie para hacer las compras en las proximidades de sus hogares. Los

porcentajes se incrementan en quienes casi nunca tienen que recorrer distancias largas para llegar al lugar en que realizan sus compras en sus barrios, 10.7% de las mujeres y 6.8% de los hombres.

Los que algunas veces tienen que recorrer distancias considerables para llegar a los lugares en que hacen las compras en la proximidad del lugar en que habitan son el 22.2% de las mujeres y el 21.8% de los varones. Del grupo que casi siempre tienen que recorrer poca distancia hasta los lugares en que hacen las compras en la localidad en que habitan son el 31.6% de los varones y el 25.2% de las mujeres de 60 y más. Los que no tienen dificultades para hacer compras cerca de casa a causa de que siempre tienen los lugares en que realizan cotidianamente sus compras son el 36.8% de las mujeres y el 33.5% de los varones. Si analizamos los resultados del cuadro 3.64 desde el punto de vista de la edad de los mayores, dividiéndola en dos grupos, el primero de 60 a 74 y el segundo de 75 y más, tampoco se muestran grandes variaciones entre las distancias cortas que recorren los mayores cuando se dirigen a hacer las compras en los barrios en que viven. Los que siempre recorren distancias cortas a pie para hacer las compras son el 40.7% de los del segundo grupo y el 33.2% de los del primero.

Los que casi siempre recorren distancias cortas son el 28% de los del segundo grupo y 28.3% del primero. Algunas veces recorren distancias cortas y otras distancias largas son el 19.5% de los de 75 y más y 23% de los del grupo de edad de 60 a 74. Casi nunca recorren distancias cortas son el 9% del primer grupo y 8.5% del segundo, los porcentajes disminuyen aún más entre quienes nunca recorren distancias cortas a pie para llegar a los lugares en que hacen las compras en sus barrios, lo cual significa que son muy pequeños los grupos poblacionales que deben recorrer grandes distancias si quieren llegar caminando al lugar en que realizan las compras en el lugar en que habitan, 3.4% del segundo grupo de edad y 6.5% del primero así deben hacerlo.

Mantener un saludable grado de independencia, así como estar inmersos en medio social y urbano en que se sientan incluidos son unos de los principales factores que determinan el bienestar tanto físico como mental de las personas de la tercera edad (Gerino, 2015). Si bien los cambios que se producen en el estado civil de los mayores de edad, sobre todo el de la viudez por ser involuntario, aunque la separación de la pareja en el proceso de divorcio puede resultar también bastante dañino para la estabilidad

emocional, esto debido a la recurrencia en las esferas sociales en que se desenvolvían como pareja y que luego deberán reestructurar para adecuarlo a su nueva situación de vida.

De esta manera una actividad que suele realizarse frecuentemente en pareja, como es la de ir a hacer las compras, ahora deberá realizarse a solas, o bien para quienes están acostumbrados a realizar las compras de manera independiente y que por lo general son realizadas por la mujer, que en su rol de ama de casa está a cargo de estas, suelen presentar un problema desagradable para la persona que ahora debe valerse por sí misma para realizar esta actividad. El 44% de los solteros mayores de 60, 35.9% de los viudos 33.9% de los casados y 33.3% de los divorciados tienen la facilidad de poder realizar las compras recorriendo distancias cortas en los barrios en que habitan.

Las personas que casi siempre pueden hacer las compras cerca de casa son el 32% de los solteros que al igual que en el rubro anterior son el mayor porcentaje, 30.5% de los viudos, 27.7% casados y un porcentaje menor, el 20.5% de los que están divorciados. Quienes algunas veces sí y algunas no pueden ir a hacer las compras a pie recorriendo poca distancia son el 33.3% de los divorciados, 22.3% casados, 21.1% los viudos y el 12% solteros, ya que ellos pueden siempre o casi siempre ir a hacer las compras a pie caminando distancias cortas. Por el contrario, quienes tienen que recorrer distancias mayores para ir a hacer las compras a pie son 10.9% viudos, 9.1% casados, 5.1% divorciados y el 4% los solteros, estos últimos son quienes menos tienen que recorrer distancias largas para hacer las compras en sus barrios.

Los que muy pocas veces recorren distancias cortas para ir a hacer las compras cerca de casa son 8% solteros, 7.7% divorciados. 7% están casados y un mínimo porcentaje, 1.6% los viudos. Si enfocamos el asunto desde la perspectiva de la ocupación ejercida por los mayores buena parte de sus vidas se muestran diferencias ligeramente más marcadas. Empezaremos por comentar del cuadro 3.64, la columna correspondiente a quienes desde la perspectiva antes mencionada nunca tienen distancias cortas para poder ir de compras cerca de su hogar. 21.4% han laborado como docentes, 2.4% funcionarios públicos, y más se aproximan a la media porcentual de este rubro son el 8.3% que han tenido negocio público marcan los porcentajes que tipifican este grupo poblacional.

Quienes casi nunca cuentan con espacios a poca distancia, como para tener la facilidad de ir a ellos a realizar sus compras, son el 12.8% de las amas de casa, en menor porcentaje el 4.8% de los obreros no calificados y quienes fueron funcionarios públicos, con la media porcentual del 7.2% de los que han sido profesionistas independientes. Quienes algunas veces pueden ir a hacer las compras en la proximidad de sus hogares son el 33.3% de los obreros no calificados, el porcentaje menor les corresponde a los docentes con el 7.1%, y la media a quienes han laborado como obreros calificados con el 19.4%.

Como puede observarse el lugar en que habitan las personas y sus hábitos de compra debe estar bastante relacionado con la actividad laboral que han ejercido durante la mayor parte de sus vidas. Quienes casi siempre cuentan con distancias cortas para ir a hacer las compras a pie, son el 42.9% de los funcionarios administrativos y los docentes, el menor porcentaje de quienes pueden son el 19% de los obreros no calificados, la media porcentual aproximada está representada por el 29% de los obreros calificados. Por último, quienes tienen la facilidad de poder ir a hacer las compras a pie a corta distancia de sus hogares el 38.7% corresponde a los obreros calificados, el 21.4% los docentes y la media aproximada del 30.3% de los profesionistas independientes.

La calidad del lugar en que habitan los mayores y sus rutinas de compra están en términos generales determinados como se ha dicho por la actividad laboral que han realizado la mayor parte de sus vidas. Desde la perspectiva de su situación laboral actual, de acuerdo con los datos mostrados en el cuadro 3.64 las variaciones porcentuales no son tan marcadas como en el rubro anterior. El 39.1% de los que no trabajan son la mayoría que siempre tienen la posibilidad de ir a hacer las compras en su barrio, gracias a que las distancias a las zonas comerciales son cortas. El menor es el 29.8% de quienes trabajan media jornada después de los 60. No se discutirá la media porcentual dado que los porcentajes presentan poca variación entre sí. El 40.4% que laboran media jornada y el 20.1% que trabajan en casa por una remuneración, con la media porcentual aproximada del 28.7% de los pensionados, casi siempre pueden hacer las compras a pie cerca del lugar en que viven.

Los que algunas veces pueden hacer las compras son el 34.5% de los que laboran ayudando en casa por una remuneración, 15.9% de quienes trabajan jornada completa y la media porcentual aproximada del 24.6% de quienes son empleados media jornada. De

los que casi nunca tienen cortas distancias que recorrer para ir a hacer las compras a pie cerca de sus casas el 13.8% ayudan en casa por una remuneración, 1.8% trabajan media jornada y los que ocupan la media porcentual aproximada son el 7.2% de los que laboran jornada completa y los que nunca tienen distancias cortas son el 6.9% de los pensionados y ninguno de los que ayudan en casa.

Cuadro 3.64. Las distancias que hay que recorrer a pie desde su casa hasta las áreas para hacer compras ¿son cortas?, en relación con sus características sociodemográficas Monterrey, 2017

35.2 Hay poca distancia a pie a las tiendas							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	6.3	6.8	21.8	31.6	33.5	100.0
	Mujer	5.1	10.7	22.2	25.2	36.8	100.0
Edad	60 a 74 años	6.5	9.0	23.0	28.3	33.2	100.0
	75 y más años	3.4	8.5	19.5	28.0	40.7	100.0
Estado civil	Casado	7.0	9.1	22.3	27.7	33.9	100.0
	Viudo	1.6	10.9	21.1	30.5	35.9	100.0
	Divorciado	7.7	5.1	33.3	20.5	33.3	100.0
	Soltero	8.0	4.0	12.0	32.0	44.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	8.3	6.0	25.0	28.6	32.1	100.0
	Profesionista independiente	2.9	7.2	24.6	34.8	30.4	100.0
	Funcionario administrativo	2.4	4.8	16.7	42.9	33.3	100.0
	Ama de casa	4.0	12.8	23.5	22.8	36.9	100.0
	Obrero calificado	6.5	6.5	19.4	29.0	38.7	100.0
	Obrero no calificado	4.8	4.8	33.3	19.0	38.1	100.0
	Docente	21.4	7.1	7.1	42.9	21.4	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	5.4	12.0	21.7	21.7	39.1	100.0
	Empleado(a) doméstico	0.0	13.8	34.5	20.7	31.0	100.0
	Labores del hogar	6.7	11.1	20.0	25.6	36.7	100.0
	Media jornada	3.5	1.8	24.6	40.4	29.8	100.0
	Jornada completa	5.8	7.2	15.9	34.8	36.2	100.0
	Pensionado	6.9	9.2	23.0	28.7	32.2	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.3. Facilidad de acceso y uso del transporte público

El transporte público en el Área Metropolitana de Monterrey se organiza por medio de autobuses que pertenecen a la iniciativa privada, unidades antiguas generalmente y en malas condiciones físicas y mecánicas. Desde la perspectiva de funcionalidad, ecología y sentido común, dichas unidades deberán ser sustituidas por otras que puedan brindar comodidad y seguridad a los usuarios de la tercera edad. Por otra parte, existe el tren ligero, el metro, el cual es insuficiente para la cantidad de usuarios que las utilizan. Además, el hacinamiento que en ellas se vive, las convierte en inútiles para las personas de la tercera edad, que por otra parte deben ser instruidas en la manera de utilizarlas correctamente.

Así mismo deben implementarse accesos adecuados para las personas de la tercera edad como ascensores los cuales son útiles sobre todo para quienes sufren una discapacidad o se ven en la necesidad de trasladarse en sillas de ruedas, carriolas o de trasladar objetos de gran peso o grandes dimensiones como son maletas grandes. Las escaleras y bandas eléctricas son útiles también en muchos casos en que se requiere de cierta ayuda para movilizarse, además este tipo de unidades agilizan el tráfico para todo tipo de usuarios y normalizan la velocidad de tránsito evitando conflictos de opinión respecto a las velocidades de tránsito. La misma velocidad puede conservar un atleta de alto rendimiento que una persona de la tercera edad que sufre el deterioro físico propio de su edad.

Por otra parte, la ciudad cuenta con el servicio de taxi y en los últimos años de distintas plataformas digitales para solicitar un vehículo para movilizarse como UBER, DiDi y otros. Los primeros, los taxis o vehículos de alquiler están en su mayoría en mal estado y poco higiénicos, incluso se han reportado muchos casos de inseguridad en dichas unidades como asaltos, secuestros y violaciones, debido a la ausencia de filtros de selección para el puesto de chofer, por lo que crean cierto temor al ser utilizados por los adultos mayores, aparte de ser poco accesibles en el interior de los barrios o colonias. Esta realidad hace que la población debe trasladarse a las áreas comerciales o grandes avenidas para acceder a ellos, añadiendo a esto los tiempos de espera generalmente de pie y en otros tolerando las distintas inclemencias meteorológicas.

En su debut inicial, el servicio de UBER como otras plataformas similares resultaron eficientes para la población en general, hasta que se empezaron a subarrendar e inevitablemente a descuidar tanto el servicio como la higiene de dichas unidades. Además, no es fácil para los de la tercera edad acceder a ellos, por lo cual es también necesario instruirlos en el manejo de sus celulares para poder utilizarlos de manera asertiva. En todos los ámbitos el servicio de transporte público debe adecuarse a los de la tercera edad e instruir a los usuarios mayores en utilizarlos de forma adecuada (Melgar, 2013).

Cuando no se puede acceder a los medios de transporte público, los mayores deben hacer un esfuerzo extraordinario para llegar a los lugares en que se les ofrecen servicios sanitarios o para realizar trámites y gestiones. Por supuesto preferirán quedarse en casa si el acceder a los lugares para pasear presentan dificultades. Sin embargo, en la figura 3.77 los porcentajes mayores tanto de varones como de mujeres corresponden a los que no tienen dificultades para ingresar a los parques y jardines, quizá porque son accesibles sin necesidad de utilizar transportes públicos. De acuerdo con lo que muestra el cuadro 3.65, 36.8% de las mujeres y 36.4% de los varones siempre acceden con facilidad a los medios de transporte, 31.2% de las mujeres y 29.6% de los varones casi siempre, 17.1% de las mujeres y 23.3% de los hombres algunas veces, 8.5% de mujeres y 7.8% del sexo masculino casi nunca acceden con facilidad a los medios de transporte y 6.4% del sexo femenino, 2.9% de varones nunca tienen facilidad para tal actividad.

La variación respecto al grupo de edad, ya sean del primer grupo que es el de 60 a 74 años o el segundo que es de 75 y más, no muestra muchos cambios. 4.3% del primer grupo y 5.9% del segundo nunca tienen facilidad para acceder al transporte público, 8.7% del primero y 6.8% del segundo casi nunca tienen fácil esto. Quienes algunas veces tienen fácil acceso son el 22% del segundo grupo y 19.3% del primero. Casi siempre se les facilita el uso del transporte público son el 24.6% del segundo grupo y al 32.6% del primer grupo. Y siempre tienen acceso al transporte público es un 40.7% del segundo grupo y al 35.1% del primero.

Respecto al estado civil se muestran variaciones porcentuales sobre todo respecto a quienes están divorciados, que parecen que poseen más dificultades para acceder al

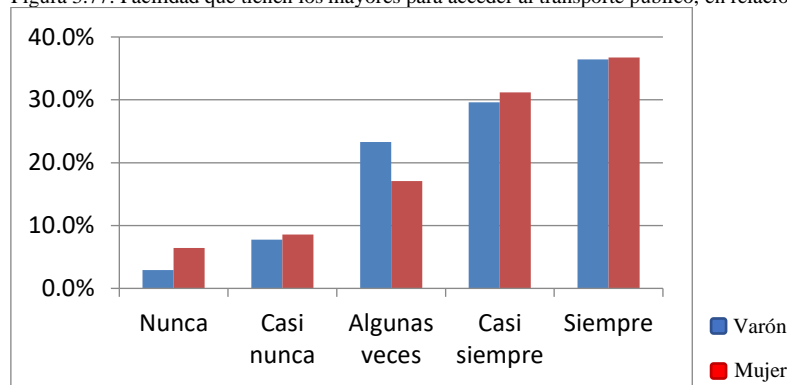
transporte público. Por su parte los solteros tienen menos dificultades: 44%, siendo 39.8% los viudos, 36.4% casados y únicamente 20.5% de los divorciados siempre acceden al transporte público con facilidad. 38.5% de los divorciados, 32% solteros, 31% casados y 27.3% de los viudos casi siempre acceden al transporte público con facilidad. 30.8% de los divorciados, 20% los solteros, 19% casados y 18.8% de los viudos algunas veces tienen dificultades para acceder a medios de transporte públicos. Casi nunca tienen fácil acceso a los medios de transporte públicos se reparten en 9.4% viudos, 9.1% casados, 4% solteros y 2.6% los divorciados. Quienes nunca tienen fácil acceso al transporte público son un número muy reducido de personas, siendo 4.7% los viudos, 4.5% casados, 7.7% divorciados y ninguno de los que han permanecido solteros hasta después de los 60 años.

Las barreras físicas que existen en el entorno urbano son propiciatorias de caídas y accidentes de los adultos mayores. Eliminarlas representa una gran posibilidad de incrementar la calidad de vida de los de 60 y más por sus repercusiones en la inclusión de los mayores en el entorno urbano. Las dimensiones, forma y emplazamiento debidamente adecuado a las necesidades de los mayores de los elementos que constituyen el entorno urbano se transforman no únicamente en mejor calidad de vida de los mayores, sino de la sociedad en general, tanto porque esto incrementa el grado de autonomía e independencia de los del grupo de la tercera edad como porque mejora la utilidad del equipamiento urbano para la población en general (Roque, 2010).

Los que han laborado como obreros no calificados siempre pueden acceder con facilidad al transporte público: 57.1%, mientras el 14.3% los docentes comparten esta sensación. La media porcentual es el 35.5% siendo los que han tenido negocio propio. El 35.7% de los docentes y 19 % de los obreros no calificados casi siempre tienen fácil acceso al transporte público, siendo la media porcentual del 28.6% correspondiente a los que han sido funcionarios administrativos. 35.7% de los funcionarios administrativos, 19% de los obreros no calificados y la media del 30.4% de los profesionistas independientes algunas veces tienen facilidad para acceder al transporte público. Casi nunca tienen facilidad 14.3% han sido docentes y 3.2% fueron obreros calificados y la media porcentual del 8.7% de quienes han sido profesionistas independientes. Quienes nunca tienen facilidad para acceder al transporte público, son 14.3% de los docentes, ninguno de los obreros no calificados y la media porcentual del 6.5% de los obreros calificados.

Desde el enfoque laboral actual de los mayores, los mayores porcentajes tienen fácil acceso al transporte público. Un 38% que no trabajan, 24.6% laboran jornada completa y la media 21.8% son empleados media jornada siempre pueden acceder con facilidad al transporte público. Casi siempre pueden acceder al transporte público el 38% de quienes no trabajan, 24.6% los empleados de jornada completa y la media es del 33.3% de quienes laboran media jornada. Algunas veces pueden acceder al transporte público con facilidad el 31.6% laboran media jornada y 14.1% no trabajan. Casi nunca tienen fácil acceso a transporte público el 14.4% que atienden su propia casa, 1.8% laboran media jornada y la media porcentual del 8% son los pensionados. Los que nunca tienen facilidad para acceder al transporte público son porcentajes bastante bajos, 5.7% pensionados y 2.9% laboran jornada completa (ver cuadro 3.65).

Figura 3.77. Facilidad que tienen los mayores para acceder al transporte público, en relación con su sexo. Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.65. Facilidad que tienen los mayores para acceder al transporte público en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Hay facilidad para acceder al transporte público 35.3							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	2.9	7.8	23.3	29.6	36.4	100.0
	Mujer	6.4	8.5	17.1	31.2	36.8	100.0
Edad	60 a 74 años	4.3	8.7	19.3	32.6	35.1	100.0
	75 y más años	5.9	6.8	22.0	24.6	40.7	100.0
Estado civil	Casado	4.5	9.1	19.0	31.0	36.4	100.0
	Viudo	4.7	9.4	18.8	27.3	39.8	100.0
	Divorciado	7.7	2.6	30.8	38.5	20.5	100.0
	Soltero	0.0	4.0	20.0	32.0	44.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	4.8	8.3	20.2	31.0	35.7	100.0
	Profesionista independiente	1.4	8.7	30.4	31.9	27.5	100.0
	Funcionario administrativo	2.4	4.8	35.7	28.6	28.6	100.0
	Ama de casa	6.0	10.1	14.1	31.5	38.3	100.0
	Obrero calificado	6.5	3.2	19.4	25.8	45.2	100.0
	Obrero no calificado	0.0	4.8	19.0	19.0	57.1	100.0
	Docente	14.3	14.3	21.4	35.7	14.3	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	5.4	5.4	14.1	38.0	37.0	100.0
	Empleado(a) doméstico	3.4	13.8	17.2	37.9	27.6	100.0
	Labores del hogar	5.6	14.4	15.6	25.6	38.9	100.0
	Media jornada	3.5	1.8	31.6	33.3	29.8	100.0
	Jornada completa	2.9	7.2	29.0	24.6	36.2	100.0
	Pensionado	5.7	8.0	19.5	28.7	37.9	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.4. Pendientes

Resulta muy improbable que en una ciudad no existan pendientes. En dichas áreas, las autoridades deberán tener mayores cuidados con el equipamiento urbano, como proveer de escalones en las áreas en que se considere conveniente y de pasamanos de ser necesario. Los accesos a las aceras deben estar habilitados para facilitar el uso de ellas por los adultos mayores, creando rebajes adecuados y cuidado que el diseño de las rampas sea adecuado para ser utilizado con asertividad por las personas que tienen problemas de movilidad, como aquellas que utilizan andadores, bastones o sillas de ruedas. También deben presentar la amplitud suficiente para permitir transitar por ellas a las personas que necesitan de un acompañante a la hora de caminar por los espacios públicos al aire libre. Las aceras, particularmente aquellas que se encuentran en pendientes, deben contar con textura antiderrapante. (Cerde, 2014; Higuera 2015).

La figura 3.78., muestra con claridad que es mayor la cantidad de personas que nunca o casi nunca tienen problemas con las pendientes que existen en sus barrios y el más alto porcentaje de los adultos mayores que fueron entrevistados algunas veces los tienen. De acuerdo con el cuadro 3.66., la mayor parte de los hombres y mujeres entrevistados opinan que algunas veces han tenido dificultades con las pendientes que existen en sus barrios. 30.6% de los varones y 29.9% de las mujeres también lo manifestaron. 20.9% de mujeres y 20.4% de los hombres afirman nunca tener dificultades con las pendientes que existen en sus barrios. 18.4% de hombres y 17.5% de las mujeres entrevistadas, dicen que casi nunca han tenido problemas para caminar ocasionados con las pendientes de sus barrios.

Quienes casi siempre tienen dificultades con las pendientes de sus barrios son el 15.5% de varones y 15.4% de las mujeres y quienes siempre tienen problemas con las pendientes del entorno próximo a sus hogares son el 16.2% de las mujeres y 15% de los varones. Algunas veces el 31.7% de las personas de 60 a 74 años tienen problemas con las pendientes que existen en sus barrios y 26.3% de quienes tienen 75 y más, también piensan de esta manera. 21.7% del primer grupo y 17.8% del segundo nunca tienen este tipo de problemas. 18% del primer grupo de edad y 17.8% del segundo casi nunca tienen dificultades con las pendientes en la proximidad del lugar en que habitan. 19.5% de los del segundo grupo de edad y 14.3% del primero siempre tienen problemas con las

pendientes que existen en sus barrios, 18.6% de los del segundo grupo y 14.3% del primero casi siempre tienen este tipo de dificultades.

El 33% de los divorciados, 32% de los solteros, 31.8% de los casados y 27.3% de los viudos, algunas veces tienen problemas para transitar por sus barrios debido a las pendientes que en ellos existen. El 28% de los solteros, 23.1% de los divorciados, 19.4% de los casados y 19.5% de los viudos nunca sufren dificultades con las pendientes que existen en sus barrios. 20.5% de quienes se hallan divorciados, 18.8% de quienes están viudos, 13.6% de los casados y 8% de los solteros casi siempre tienen problemas para caminar debido a las pendientes que existen cerca al lugar en que habitan. El 19.4% de los casados, 16.4% de los viudos, 16% de los solteros y 15.4% de los divorciados casi nunca tienen problemas con las pendientes que existen en sus barrios. 18% de los viudos, 16% de los solteros, 15.7% de los casados y 7.7% de los divorciados siempre tienen dificultades con las pendientes que existen en su barrio.

En México existen zonas que son catalogadas como grandes urbes. En ellas se debe tomar en cuenta la forma en que el equilibrio y la tranquilidad que en ellas existía, se vio roto por el arribo de grandes cantidades de automóviles. La velocidad de 200 km. por hora del automóvil y la de 4 km por hora del peatón deben encontrar una nueva manera de armonizarse (Márquez, 2007). En el Área Metropolitana de Monterrey no es la excepción a esta regla: calles estrechas, mal pavimentadas, obstaculizadas, son fáciles de encontrar en la mayor parte de los barrios de esta ciudad. Otro elemento que se debe tomar en cuenta a la hora de hablar de caminabilidad en el Área Metropolitana de Monterrey, ya que tiene la peculiaridad de encontrarse rodeada por montañas, muchas de las cuales han sido invadidas por el área urbana; es natural que en muchos sectores de esta metrópoli se presenten áreas con pendientes que se dificulten al caminar, en particular para los grupos vulnerables entre los que se encuentra el creciente sector poblacional de los adultos mayores.

De acuerdo con estudios realizados, los adultos mayores en las grandes ciudades de la actualidad no cumplen con el mínimo requerido de actividad física para su buena salud. Esto tiene como consecuencia: diabetes, obesidad, cáncer, osteoporosis y desordenes psicológicos (Pantoja, 2014). El ir y venir diariamente a los lugares de trabajo, debido a la inadecuación vial que existe en Monterrey, resulta en agotamiento y pérdida de la salud

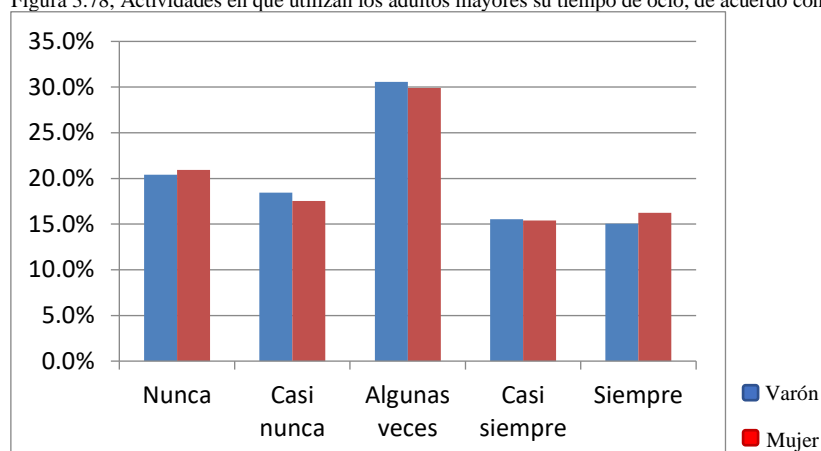
de sus habitantes. De acuerdo con los datos arrojados en el cuadro 3.66, 20.3% de quienes durante su vida laboral han sido profesionistas independientes, 7.1% de quienes han sido docentes y su media porcentual aproximada representada por el 10.7% de los que han tenido negocio propio, siempre tienen problemas para caminar en sus barrios debido a las pendientes que en ellos existen.

El 26.1% de los profesionistas independientes y ninguno de los docentes, con una media aproximada del 12.1% de las amas de casa, casi siempre tienen problemas para caminar en sus barrios debido a las pendientes que en ellos existen. El 50% han laborado como docentes, el 20.3% han sido profesionistas independientes y su media porcentual aproximada del 32.2% fueron amas de casa, algunas veces suelen tener problemas para caminar en la proximidad de sus hogares, debido a la presencia de pendientes en las calles de estos. 28.6% de los docentes, 9.5% de los obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 18.8% que han sido profesionistas independientes o amas de casa, casi nunca tienen problemas con las pendientes que hay en sus barrios. Por otro lado 32.3% de los obreros calificados, 9.5% de los obreros no calificados y su media aproximada del 20.1% de quienes han sido amas de casa, nunca tienen problemas con las pendientes que hay en las calles de sus barrios. Viendo el problema de las pendientes desde el punto de vista del estado laboral actual de los adultos mayores encuestados, el 19.5% corresponde a los pensionados, 8.9% atienden su propia casa y su media porcentual aproximada, el 15.8% que trabajan media jornada, siempre tienen problemas para caminar en su barrio debido a las pendientes que en ellos existen.

El 20.7% de quienes ayudan en casa por una remuneración, el 12.2% que atienden su propia casa y su media aproximada del 17.4% de los que no trabajan o trabajan jornada completa, casi siempre tienen dificultades para caminar debido a las pendientes que hay en las calles de sus barrios. El 37.9% de quienes ayudan en casa por una remuneración, el 26.1% que trabajan jornada completa y la media del 32.2% los que atienden su propia casa, algunas veces tienen problemas para caminar en su barrio debido a las pendientes que existen en las calles de estos. 23% de los pensionados, 14.5% que trabajan jornada completa y la media porcentual aproximada del 17.5% de los que laboran media jornada, casi nunca tienen problemas para caminar en sus barrios debido a las pendientes que en ellos existen. Por último, los que nunca tienen dificultades para pasear en sus barrios por las pendientes que ahí existen son el 30.4% de los que trabajan jornada completa, 14% de

los que laboran media jornada y su media porcentual aproximada del 26.7% de los que atienden su propia casa (ver cuadro 3.66.).

Figura 3.78. Actividades en que utilizan los adultos mayores su tiempo de ocio, de acuerdo con su sexo. Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.66. Distribución de la población de 60 y más años, según la acumulación de problemas de salud, Monterrey, 2017

		Las pendientes dificultan caminar en mi barrio 35.4					
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	20.4	18.4	30.6	15.5	15.0	100.0
	Mujer	20.9	17.5	29.9	15.4	16.2	100.0
Edad	60 a 74 años	21.7	18.0	31.7	14.3	14.3	100.0
	75 y más años	17.8	17.8	26.3	18.6	19.5	100.0
Estado civil	Casado	19.4	19.4	31.8	13.6	15.7	100.0
	Viudo	19.5	16.4	27.3	18.8	18.0	100.0
	Divorciado	23.1	15.4	33.3	20.5	7.7	100.0
	Soltero	28.0	16.0	32.0	8.0	16.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	23.8	15.5	34.5	15.5	10.7	100.0
	Profesionista independiente	14.5	18.8	20.3	26.1	20.3	100.0
	Funcionario administrativo	19.0	11.9	26.2	23.8	19.0	100.0
	Ama de casa	20.1	18.8	32.2	12.1	16.8	100.0
	Obrero calificado	32.3	22.6	22.6	6.5	16.1	100.0
	Obrero no calificado	9.5	9.5	47.6	23.8	9.5	100.0
	Docente	14.3	28.6	50.0	0.0	7.1	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	14.1	17.4	29.3	17.4	21.7	100.0
	Empleado(a) doméstico	13.8	10.3	37.9	20.7	17.2	100.0
	Labores del hogar	26.7	20.0	32.2	12.2	8.9	100.0
	Media jornada	14.0	17.5	35.1	17.5	15.8	100.0
	Jornada completa	30.4	14.5	26.1	17.4	11.6	100.0
	Pensionado	17.2	23.0	27.6	12.6	19.5	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.5. Barreras ambientales en el vecindario

El estudio de la caminabilidad urbana debe estar en constante evolución, a la par del entorno urbano (Rivera, 2010). El desarrollo de las grandes urbes modernas ha sido tan acelerado y caótico que ha desencadenado un desarrollo complejo, desorganizado y fuera de control. De acuerdo con lo que muestra la figura 3.79, son más los que presentan pocos problemas con los obstáculos y la existencia de rutas alternas que aquellos que siempre los tienen. Y los mayores porcentajes se encuentran entre quienes algunas veces sí y otras no tienen problemas de este tipo en el lugar en que habitan.

En el cuadro 3.66 quienes más tienen que enfrentar este tipo de problemas son el 31% de los varones y 26.9% de las mujeres encuestados. Nunca el 24.4% mujeres y el 20.9% hombres. El 16.5% de los varones y 15% de las mujeres casi siempre tienen que enfrentarlos y los que siempre padecen problemas de caminabilidad en sus barrios debido a los obstáculos y la falta de rutas alternas de acceso son el 12.8% de las mujeres y el 11.2% de los hombres.

Al dividir la población en dos grupos de edad, el primero de 60 a 74 y el segundo de 75 y más, se observa la misma tendencia: 24% del primer grupo y 17.8% del segundo nunca tienen los problemas en cuestión. 22.9% de los del segundo grupo y 20.2% del primero casi nunca enfrentan obstáculos o falta de rutas alternas para llegar a su destino en el lugar en que habitan. Los mayores porcentajes se encuentran entre los que algunas veces tienen este tipo de incomodidades: 30.4% del primer grupo y 24.6% del segundo. Los que casi siempre tienen que enfrentar este tipo de problemas para trasladarse a pie en los barrios en que habitan, son el 16.9% del segundo grupo de edad y 15.2% del primero.

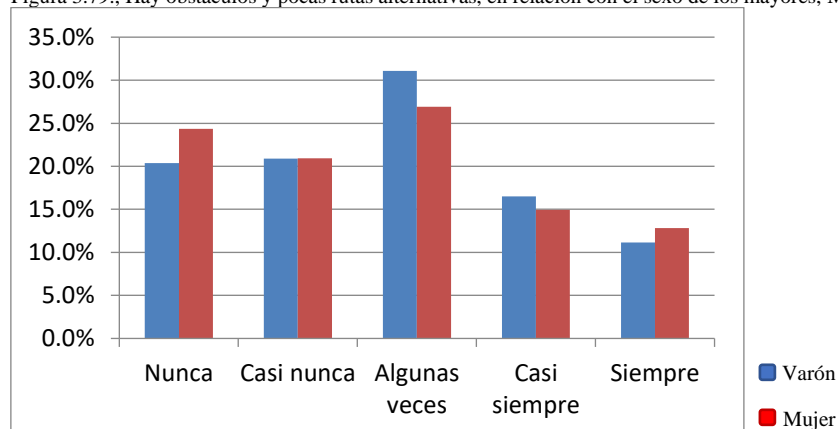
Los menores porcentajes aparecen entre los que siempre enfrentan problemas de accesibilidad en el lugar en que habitan. Se reparten las cifras en un 17.8% del segundo grupo y 9.9% del primero que lidian estas dificultades. De igual manera 28.2% de los divorciados, 28% de solteros, 23.6% casados y 16.4% de los divorciados habitan en áreas en que existen obstáculos para caminar en las calles y pocas rutas de acceso para llegar a distintos lugares. Además, 23.1% de divorciados, 21.9% viudos, 20.7% casados y 20% solteros, casi nunca tienen este tipo de dilemas en sus barrios. Continuando, el 32% de

los solteros, 31.3% viudos, 28.5% casados y 23.1% divorciados algunas veces tienen que sortear obstáculos y perciben que tienen pocas rutas alternas para llegar de un lugar a otro en sus barrios. Casi siempre se enfrentan con este tipo de problemas en el lugar en que habitan el 17.9% de los divorciados, 16.4% de los viudos, 16% de los solteros y 14.9% de los casados. Y los que siempre tienen que afrontar estas incomodidades en las proximidades del lugar en que viven son el 14.1% de los viudos, 12.4% de los casados, 7.7% de los divorciados y 4% de los solteros.

La accesibilidad del espacio físico es la adaptación del entorno a las necesidades de los humanos. Si se eliminan las barreras que se encuentran en el espacio público, se fomenta la autonomía e independencia de los miembros de la sociedad que en ellos habitan (Roque, 2010). Cuando se erradican las limitaciones que existen en el medio físico en que habitan los mayores, se reducen las posibilidades de caídas, atropellamientos, incluso accidentes al conducir automóviles. Además, se incrementa la seguridad, mejorando la calidad de vida de los mayores y de la población en general.

La realidad mundial sugiere que las ciudades deben adecuarse al cambio demográfico frente al envejecimiento poblacional. El análisis del cuadro 3.67, desde el punto de vista laboral, quienes trabajaron la mayor parte de sus vidas como obreros no calificados tienen el mayor índice porcentual de aquellos que siempre batallan con obstáculos en el lugar en que viven, el 14.3%. El menor porcentaje de quienes opinan así son el 7.1% de los docentes, el 10.7% de los que han tenido negocio propio son la media porcentual en este caso. 28.6% de los obreros no calificados y ninguno de los docentes encuestados casi siempre se enfrentan a este tipo de situaciones en sus barrios, con la media porcentual del 15.5% siendo representado por los que han tenido negocio propio. Los mayores porcentajes se encuentran entre los que algunas veces encuentran barreras físicas en sus barrios siendo 32.3% los obreros calificados, 21.4% docentes y su media aproximada del 28.6% de los obreros no calificados algunas veces enfrentan este tipo de dificultades en los espacios para pasear en la cercanía del lugar en que habitan. El 57% de los docentes, el 14.3% de los obreros no calificados casi nunca tienen este tipo de problemas en sus barrios. 29.8% de quienes tienen negocio propio, y 14.3% de quienes han sido docentes u obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 20.1% de las que han sido amas de casa nunca tienen este tipo de problemas en el lugar en que habitan.

Figura 3.79., Hay obstáculos y pocas rutas alternativas, en relación con el sexo de los mayores, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.67. Hay obstáculos y pocas rutas alternativas, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

En mi barrio hay obstáculos y pocas rutas para ir de un lugar a otro 35.5							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	20.4	20.9	31.1	16.5	11.2	100.0
	Mujer	24.4	20.9	26.9	15.0	12.8	100.0
Edad	60 a 74 años	24.2	20.2	30.4	15.2	9.9	100.0
	75 y más años	17.8	22.9	24.6	16.9	17.8	100.0
Estado civil	Casado	23.6	20.7	28.5	14.9	12.4	100.0
	Viudo	16.4	21.9	31.3	16.4	14.1	100.0
	Divorciado	28.2	23.1	23.1	17.9	7.7	100.0
	Soltero	28.0	20.0	32.0	16.0	4.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	29.8	19.0	25.0	15.5	10.7	100.0
	Profesionista independiente	17.4	20.3	34.8	20.3	7.2	100.0
	Funcionario administrativo	19.0	21.4	26.2	21.4	11.9	100.0
	Ama de casa	20.1	20.8	30.2	16.1	12.8	100.0
	Obrero calificado	25.8	22.6	32.3	6.5	12.9	100.0
	Obrero no calificado	14.3	14.3	28.6	28.6	14.3	100.0
	Docente	14.3	57.1	21.4	0.0	7.1	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	17.4	18.5	33.7	15.2	15.2	100.0
	Empleado(a) doméstico	17.2	6.9	31.0	37.9	6.9	100.0
	Labores del hogar	26.7	21.1	30.0	7.8	14.4	100.0
	Media jornada	15.8	28.1	28.1	22.8	5.3	100.0
	Jornada completa	29.0	14.5	23.2	20.3	13.0	100.0
	Pensionado	21.8	31.0	24.1	11.5	11.5	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.6. La desconectividad urbana

En las grandes urbes se ha producido un desarrollo vertiginoso, siendo un síntoma la falta de una adecuada planificación de la evolución de estas urbes, lo que ha tenido muchas consecuencias como: el congestionamiento vial, la contaminación, falta de diversidad natural, la desvinculación con la naturaleza y la disminución de la calidad de vida (Mallarach y Marull, 2004, 2007). La desconectividad urbana tiene como consecuencia, y a la vez es resultado del caos que existe en la integración de los distintos elementos del entorno urbano. Esto provoca hacinamiento, disgregación, estrés y muchos otros efectos negativos que actúan en detrimento de la calidad de vida de las personas que en ellas habitan, afectando también a los animales y la vegetación propia de cada lugar. Dichos efectos se acentúan para aquellos que forman parte de los grupos vulnerables de la población entre los que se encuentran los aquí estudiados: el grupo de los de la tercera edad. Si se ajusta el entorno urbano a las personas mayores, dichas adecuaciones redundaran en una mejor calidad de vida y usabilidad para el resto de la población. En la presente tesis se detectó que en los barrios en que habitan las mujeres en el Área Metropolitana de Monterrey existen menos callejones sin salida que en aquellos en que habitan en su mayoría hombres, o que al menos así es como lo perciben. Esto se evidencia en la figura 3.80.

En capítulos anteriores se observó cómo los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey declaran a la inseguridad como motivo principal para no aventurarse con la debida frecuencia en los espacios públicos al aire libre de los barrios en que habitan. La violencia no únicamente afecta la salud mental y física de los mayores y de la población en general, aparte implica grandes costos: para los ciudadanos invertir en protección y para los gobiernos el controlar e impedir su existencia. Algunas de las consecuencias de la violencia urbana son la disgregación, ya que remite a los pobres a sus hogares y a los ricos a sus espacios segregados. Esto afecta la comunicación y la organización de los estratos y entramados sociales.

Desde otra perspectiva, los ecólogos defienden que al irse reduciendo la superficie en de un hábitat natural, decrece la conectividad que permite el flujo biológico y la naturaleza pierde su espacio en las ciudades (Imbernon, 2015). Con una perspectiva antropocéntrica,

muchas veces el individuo se olvida que es parte de dichos sistemas ecológicos y que al destruirlos se alteran los ciclos biológicos donde él está incluido. El resultado: insalubridad, contaminación, pérdida de la benéfica convivencia con los demás. Cuando los seres humanos logran preservar dichos sistemas biológicos propician la buena calidad del aire, agua, de la sana convivencia con y en la naturaleza, disminuyendo los niveles de estrés y eliminando en el mejor de los casos o disminuyendo problemas físicos.

En el cuadro 3.68, el 44.4% de las mujeres y 31.6% los varones nunca tienen problemas de conectividad propiciados por los callejones sin salida que existen en sus barrios. El 21.8% de los varones y 18.4% de las mujeres casi nunca, 19.4% de los varones y 9.4% de las mujeres casi siempre tienen problemas y 14.6% de los varones y 12.4% de las mujeres siempre tienen dificultades con los callejones sin salida que se encuentran en sus barrios.

Desde el enfoque de los grupos de edad, si se divide la población de los adultos mayores en dos grupos, el primero conformado por las personas de 60 a 74 años y el segundo por las de 75 y más, de acuerdo con los datos arrojados por el cuadro 3.68, salvo en el caso de quienes siempre tienen problemas con los callejones sin salida, las variaciones de opinión respecto a la existencia de callejones sin salida que obstaculicen la conectividad en las zonas en que habitan el 11.2% del primer grupo siempre tienen problemas al igual que el 19.5% de los del segundo grupo. 11.5% de los del primer grupo y 9.3% del segundo casi siempre lo padecen, 18% del primer grupo y 15.3% del segundo, algunas veces tienen problemas con los callejones sin salida en sus barrios. 19.9% de quienes forman parte del primer grupo y 20.3% del segundo, casi nunca tienen este tipo de dificultades.

Los mayores porcentajes de acuerdo con el cuadro 3.68 de las personas que nunca tienen problemas con los callejones sin salida en sus barrios corresponde al 39.4% del primer grupo y 35.6% del segundo. Sin embargo, aproximadamente el 60% de la población sufren con los callejones sin salida en sus barrios. Los espacios urbanos deben ofrecer a las personas la posibilidad de desplazarse en ellas con asertividad y libertad, sin importar su condición física o social (Santos, 2008). En la actualidad, la aparición de los barrios denominados “privadas”, constituyen el mejor ejemplo de lo que sucede cuando los espacios se hayan limitados por callejones sin salida. Las dificultades para acceder a

ellos tanto para quienes habitan ahí como para el resto de la población han fomentado en el Área Metropolitana de Monterrey la segregación social y el aislamiento de los grupos vulnerables que en ellas habitan.

El cuadro 3.68, en el fragmento dedicado a los datos recabados en lo concerniente a el estado civil de la población de adultos mayores, se destaca al igual que en los anteriores, que un 44% correspondiente a las personas solteras nunca tienen problemas con los callejones sin salida de sus barrios, al igual que el 40.1% de los casados, 35.9% de los divorciados y 33.6% de los viudos. Estos son las mayores cifras. Sin embargo, cabe mencionar que aproximadamente el 60% de la población no pertenece a este rubro. Es decir, de alguna manera tienen uno u otro problema con los callejones sin salida que existen en sus barrios.

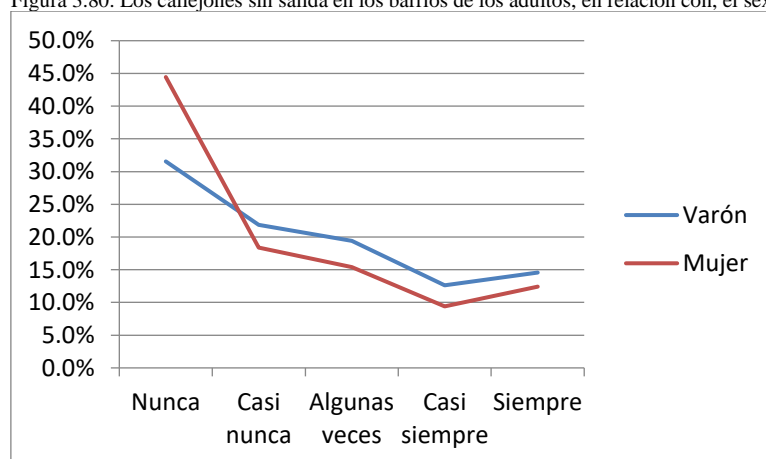
Continuando, el 32% de los solteros, 25.8% de los viudos, 16.9% de los casados y 15.4% de los divorciados casi nunca tienen problemas con los callejones sin salida de sus barrios; 19.5% de los viudos, 16.9% de los casados, 15.4% de quienes están divorciados y el 12% de los solteros, algunas veces tienen dificultades con los callejones sin salida. Ninguno de los solteros, 12.8% de los divorciados y los casados y 9.4% de los viudos casi siempre tienen ese tipo de problemas. Además, 20% de los divorciados, 12% de los solteros, 11.7% de los viudos y 13.2% de los casados siempre tiene dificultades con los callejones sin salida. Las políticas del uso de suelo y el adecuado diseño de las ciudades determinan el éxito de la economía urbana y del bienestar de los miembros de la sociedad que en ellas habitan (Bon Pastor, 2015).

Siguiendo con los resultados y cifras, el 49.4% de los pensionados, 20.7% de las personas mayores que ayudan en casa por una remuneración y su media porcentual aproximada del 38% de quienes no trabajan afirman nunca tienen callejones sin salida en sus barrios que dificulten su traslado y comunicación. El 31.6% de quienes trabajan media jornada, el 15.9% de los que laboran jornada completa y la media porcentual aproximada del 15.9% de los que trabajan jornada completa, casi nunca tienen dificultades con los callejones sin salida en sus barrios, 31% de los mayores que ayudan en casa por una remuneración, 12.3% de los que trabajan media jornada y la media porcentual aproximada del 19.6% de quienes no trabajan, algunas veces tienen dificultades con los callejones sin salida.

Así mismo, el 17.5% de los que trabajan media jornada, 4.6% que están pensionados, casi siempre tienen problemas con los callejones sin salida del lugar en que viven. 17.2% de los que ayudan en casa por una remuneración y 10.5% de los que trabajan media jornada al igual que su media porcentual aproximada del 14.5% de los que trabajan jornada completa, siempre presentan dificultades con los callejones sin salida. El 54.8% de los obreros no calificados, el 23.8% de los que han laborado como funcionarios administrativos y su media porcentual aproximada del 36.9% de los que han tenido negocio propio, nunca tienen problema con los callejones sin salida. 35.7% de los docentes, 4.8% de los obreros no calificados y su media porcentual aproximada del 20.3% de los profesionistas independientes, casi nunca tienen ese tipo de dificultades.

Por otra parte, el 23.8% de los obreros no calificados, 14.1% de las amas de casa y su media porcentual aproximada del 19% que han laborado como funcionarios administrativos, algunas veces han tenido problemas con los callejones sin salida de sus barrios. El 15.9% de los que han sido profesionistas independientes, el 6.5% de los obreros calificados y la media porcentual aproximada del 11.4% de las amas de casa, casi siempre tienen problemas con los callejones sin salida. El 28.6% de los obreros no calificados, el 3.2% de los obreros calificados y su media porcentual del 15.9% de los profesionistas independientes, siempre padecen ante los callejones sin salida.

Figura 3.80. Los callejones sin salida en los barrios de los adultos, en relación con, el sexo de los mayores. Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.68. Los callejones sin salida en los barrios de los adultos, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

En mi barrio hay callejones sin salida							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	31.6	21.8	19.4	12.6	14.6	100.0
	Mujer	44.4	18.4	15.4	9.4	12.4	100.0
Edad	60 a 74 años	39.4	19.9	18.0	11.5	11.2	100.0
	75 y más años	35.6	20.3	15.3	9.3	19.5	100.0
Estado civil	Casado	40.1	16.9	16.9	12.8	13.2	100.0
	Viudo	33.6	25.8	19.5	9.4	11.7	100.0
	Divorciado	35.9	15.4	15.4	12.8	20.5	100.0
	Soltero	44.0	32.0	12.0	0.0	12.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	36.9	22.6	19.0	9.5	11.9	100.0
	Profesionista independiente	29.0	20.3	18.8	15.9	15.9	100.0
	Funcionario administrativo	23.8	21.4	19.0	14.3	21.4	100.0
	Ama de casa	45.0	19.5	14.1	11.4	10.1	100.0
	Obrero calificado	54.8	19.4	16.1	6.5	3.2	100.0
	Obrero no calificado	33.3	4.8	23.8	9.5	28.6	100.0
	Docente	28.6	35.7	14.3	7.1	14.3	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	38.0	21.7	19.6	5.4	15.2	100.0
	Empleado(a) doméstico	20.7	17.2	31.0	13.8	17.2	100.0
	Labores del hogar	38.9	17.8	16.7	14.4	12.2	100.0
	Media jornada	28.1	31.6	12.3	17.5	10.5	100.0
	Jornada completa	39.1	15.9	15.9	14.5	14.5	100.0
	Pensionado	49.4	16.1	16.1	4.6	13.8	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.7. Banquetas

Ante el hecho de que la población de nuestro país está envejeciendo, el adecuar los espacios urbanos a las necesidades de los mayores hace necesario planificar a conciencia los detalles físicos de los espacios públicos al aire libre, cuidando también de aprovechar de la mejor manera el presupuesto que se debe dedicar a dichas obras. Para ello existen dos maneras de enfrentar este quehacer, la primera diseñando espacios adecuadamente antes de su construcción, de manera que resulten inclusivos para todos, en específico para las personas de la tercera edad. En segundo, adecuar los espacios ya existentes a las necesidades de las personas mayores. Esto debe hacerse procurando hacer el menor gasto posible sin descuidar la calidad de las modificaciones.

En el caso de los de 60 y más se debe tomar en cuenta el deterioro del equilibrio y algunas otras capacidades motrices, por lo que se deben tomar todas las precauciones para evitar caídas en los espacios públicos (Urroz, 2004). La figura 3.81 muestra que aproximadamente el 55% de la población de mayores encuestados siempre cuentan con banquetas en sus barrios, un 25% casi siempre y quienes nunca son menos del 4% de la población. En base a los datos arrojados por el cuadro 3.69., 58.1% de las mujeres y 56.3% de los varones siempre cuentan con banquetas en sus barrios, 26.7% de los varones y 23.1% de las mujeres, casi siempre cuentan con ellas, 12.6% de varones y 12% de mujeres algunas veces, y únicamente el 2.1% de las mujeres y 1.9% de los hombres nunca cuentan con ellas. Las diferencias entre los grupos de edades de 60 a 74 y 75 y más no son muy notorias a este respecto: 58.1% del primer grupo y 55.1% del segundo siempre cuentan con banquetas donde habitan, 26.3% del segundo y 24.2% del primero casi siempre, 14.4% y 11.5%, algunas veces cuentan con ellas, 4.2% del primer grupo y 3.4% del primero, casi nunca y quienes nunca cuentan con banquetas en la proximidad del lugar en que habitan son el 2.8% del primer grupo de edad y ninguna persona del segundo.

De acuerdo con el estado civil de las personas encuestadas, de los casados, 62% siempre tienen banquetas en sus barrios, 19.8% casi siempre, 12% algunas veces, 5% casi nunca y 1.2% nunca. De los viudos, 51.6% siempre, 29.7% casi siempre, 14.10% algunas veces, 2.3% casi nunca y 2.3% nunca. En cuanto a los divorciados, 48.7% siempre cuentan con banquetas en la proximidad del área en que habitan, 35.9% casi siempre,

10.3% algunas veces y 5.10% nunca. 56% de los solteros siempre tienen banquetas en sus barrios, 36% casi siempre, 4% algunas veces y 4% casi nunca.

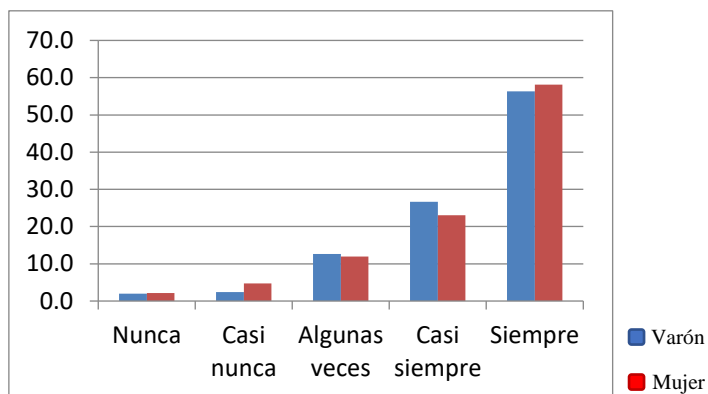
En las banquetas los materiales deben ser antideslizantes, ya que bajo cualquier condición atmosférica permitan la circulación de personas con o sin bastón, andador o silla de ruedas. La separación de los elementos que constituyen el piso debe tener máximo 13 milímetros de separación, los desniveles un máximo de 6 milímetros. El espacio de las banquetas debe permitir la circulación peatonal, contar con espacio para el mobiliario urbano y la señalización, así como para la vegetación (CDMX, 2016). La situación laboral de las personas mayores determina la calidad del medio ambiente físico del barrio en que habitan: de acuerdo con la ocupación que han ejercido durante su vida ha sido el nivel de ingresos que perciben y es ese nivel de ingresos el que determina, en términos generales la calidad del entorno público construido del barrio en que habitan. El 3.6% que han laborado en su propio negocio nunca tienen banquetas en el lugar en que viven, 1.2% casi nunca las tienen, 11.9% algunas veces, 31% casi siempre y 52.4% siempre. Los profesionistas independientes se encuentran aproximadamente en el mismo caso que quienes han laborado como profesionistas independientes, el 1.4% nunca tienen banquetas en sus barrios, 4.3% casi nunca, 13% algunas veces, 31.9% casi siempre y el 49.35 siempre tienen banquetas en sus barrios.

Continuando con los datos, el 2.4% que han laborado como funcionarios administrativos poseen banquetas en sus barrios, 2.4% casi nunca, 14.3% algunas veces, 28.6% casi siempre y 52.4% siempre. En cuanto a las amas de casa 1.3% nunca cuentan con banquetas en sus barrios, 5.4% casi nunca, 12.1% algunas veces, 22.1% casi siempre las tienen y 59.1% siempre las tienen. Prosiguiendo con esto, ninguno de los obreros calificados nunca o casi nunca tienen banquetas en sus barrios, 9.7% algunas veces, 16.1% casi siempre y 74.2% siempre. De acuerdo con los datos del cuadro 57 los obreros calificados y quienes han laborado como docentes habitan en barrios mejor urbanizados que el resto de la población. De esta forma, ninguno de los no calificados cuentan con banquetas en su barrio, 9.5% casi nunca, 23.8% algunas veces, 23.8% casi siempre y 42.9% contestó no tienen banquetas en sus barrios. En cuanto a los que han laborado como docentes, todos poseen banquetas; 0% casi nunca, 14.3% que algunas veces o casi siempre y 71.4% siempre cuentan con banquetas en los barrios en que habitan.

Analizando el cuadro 3.69 y con el tema de que se requieren mayores ingresos en Monterrey para vivir en un barrio mejor urbanizado, quienes están pensionados y laboran atendiendo su propia casa habitan en barrios mejor urbanizados. 57.6% de los adultos mayores que no trabajan siempre, 21.7% de ellos casi siempre, 15.2% algunas veces, 2.2% de los mayores de 60 que no trabajan casi nunca y 3.3% nunca han tenido banquetas en el lugar en que viven. Las personas que viven en los barrios menos urbanizados y que por ello pudieran tener los menores ingresos de todos los grupos de edad son quienes laboran en casas por una remuneración, 37.9% que han laborado en casas por una remuneración siempre han tenido banquetas en el lugar en que habitan, 27.6% casi siempre, 20.7% algunas veces, 10.3% casi nunca y 3.4% nunca. En el grupo que atienden su propia casa 60% siempre tienen banquetas en los alrededores de la zona en que habitan, 22.2% casi siempre, 14.4% algunas veces, 3.3% casi nunca las tienen y ninguno carece de ellas por completo. El 52.6% de los que trabajan media jornada siempre tienen banquetas en sus barrios, 33.3% casi siempre, 7% algunas veces y 3.5% nunca o casi nunca tienen banquetas en el barrio en que viven. El 55.1% de los que tienen que laborar jornada completa después de los 60 siempre tienen banquetas en el barrio en que habitan, 30.45 casi siempre, 10.1% algunas veces, 2.9% casi nunca y 1.4% nunca tienen banquetas en sus barrios.

De los que se encuentran pensionados, el 67.8% siempre tienen banquetas en las proximidades del lugar en que viven, 18.4% casi siempre, 10.3% algunas veces, 3.4% casi nunca y ninguno de ellos dice que nunca (ver cuadro 3.69.). La calidad de vida parece estar altamente relacionada con la calidad del entorno en que habitan los adultos mayores y el problema de la inseguridad parece ser el mayor problema de inclusión para las personas de la tercera edad en el entorno de los barrios en que habitan (Rodríguez, 2011).

Figura 3.81., Las Banquetas que existentes en los barrios de los mayores, en relación con su sexo, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.69. Las Banquetas que existentes en los barrios de los mayores y sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Existen banquetas en las calles de mi barrio 35.7							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	1.9	2.4	12.6	26.7	56.3	100.0
	Mujer	2.1	4.7	12.0	23.1	58.1	100.0
Edad	60 a 74 años	2.8	3.4	11.5	24.2	58.1	100.0
	75 y más años	0.0	4.2	14.4	26.3	55.1	100.0
Estado civil	Casado	1.2	5.0	12.0	19.8	62.0	100.0
	Viudo	2.3	2.3	14.1	29.7	51.6	100.0
	Divorciado	5.1	0.0	10.3	35.9	48.7	100.0
	Soltero	0.0	4.0	4.0	36.0	56.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	3.6	1.2	11.9	31.0	52.4	100.0
	Profesionista independiente	1.4	4.3	13.0	31.9	49.3	100.0
	Funcionario administrativo	2.4	2.4	14.3	28.6	52.4	100.0
	Ama de casa	1.3	5.4	12.1	22.1	59.1	100.0
	Obrero calificado	0.0	0.0	9.7	16.1	74.2	100.0
	Obrero no calificado	0.0	9.5	23.8	23.8	42.9	100.0
	Docente	0.0	0.0	14.3	14.3	71.4	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	3.3	2.2	15.2	21.7	57.6	100.0
	Empleado(a) doméstico	3.4	10.3	20.7	27.6	37.9	100.0
	Labores del hogar	0.0	3.3	14.4	22.2	60.0	100.0
	Media jornada	3.5	3.5	7.0	33.3	52.6	100.0
	Jornada completa	1.4	2.9	10.1	30.4	55.1	100.0
	Pensionado	0.0	3.4	10.3	18.4	67.8	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.8. Senderos pavimentados en los parques

Si se tiene la posibilidad de caminar sobre césped o superficies que no sean muy duras, deben ser aprovechadas (Molina, 1998). Sin embargo, la mayor parte de la población de adultos mayores que habitan en el Área Metropolitana de Monterrey prefieren caminar sobre pavimento, lo cual resulta dañino para las articulaciones de la rodilla, cadera y columna debido al impacto que el correr o caminar sobre superficies duras que propicia. Aunque por otro lado resulta en algunas ventajas para quienes utilizan andadores, bastones o sillas de ruedas. En los lugares para pasear en la proximidad de los barrios en que habitan los mayores en Monterrey, la presencia de áreas pavimentadas está reflejada en el cuadro 3. 70. La mayor parte de la población de mayores de Monterrey siempre encuentran caminos pavimentados en las áreas destinadas para pasear en la proximidad de sus barrios, 54.3% de las mujeres y 48.5% de los hombres, siempre encuentran este tipo de superficies en sus barrios, 28.2% de los varones y 21.4% de las mujeres siempre encuentran este tipo de pavimentación en los parques y jardines de sus barrios. 16.5% de los varones y 15.8% de las mujeres, algunas veces, 3.4% tanto de las mujeres como de los hombres casi nunca cuentan con este tipo de superficies y 3.4% de los varones y 5.1% de las mujeres nunca.

No existe una diferencia significativa entre las personas de los dos grupos de edad, siendo el de 60 a 74 y el segundo de 75 y más con respecto al tipo de superficies que tienen en sus barrios en los espacios públicos al aire libre. 50.9%, de quienes pertenecen al primer grupo siempre cuentan con superficies pavimentadas en los caminos que existen en los espacios para pasear en sus barrios. 27% casi siempre, 14% algunas veces, 3.4% casi nunca y 4.7% nunca. En lo referente a las que existen en los barrios de quienes conforman el segundo grupo de edad, 53.4% siempre cuentan con superficies pavimentadas en los caminos que existen en las áreas para pasear en sus barrios, 17.8% casi siempre, 22% algunas, 3.4% casi nunca, al igual que el 3.4% que nunca cuentan con este tipo de acabados en los caminos de las áreas para pasear en sus barrios.

Respecto al estado civil de los encuestados las variaciones porcentuales tampoco son importantes de un estado civil a otro. Casados: 55.4% siempre tienen los caminos de los parques pavimentados, 24% casi siempre, 13.6% algunas, 3.7% casi nunca y 3.3% nunca.

El 43.85% de los viudos siempre los tienen pavimentados, 28.1% casi siempre, 20.3% algunas veces, 3.1% casi nunca los tienen pavimentados y 4.7% nunca los tienen. De quienes están divorciados 53.8% siempre tienen caminos pavimentados en las áreas para pasear que existen en las proximidades de sus casas, 23.1% casi siempre, 15.4% algunas veces, 2.6% casi nunca y 5.1% nunca.

Recordemos que el diseño de un lugar debe ser inclusivo en su totalidad no en ciertas áreas que los hagan accesible (López, 2011). A la hora de elegir el tipo de pavimento deben tomar en cuenta múltiples cuestiones: su textura debe ser lo suficientemente estable como para permitir el uso de bastones, sillas de ruedas y andadores, pero lo suficientemente antideslizante para ayudar a evitar caídas, en particular para aquellos de la tercera edad o con capacidades diferentes. Debe ser durable, estético e impermeable, sin embargo, es difícil a la vez proveerlo de la capacidad de amoldarse al menos parcialmente a las pisadas de las personas, ya que los pavimentos rígidos tienden a provocar desgastes en las articulaciones debido al impacto que se repite de manera constante en las mismas al caminar en ellos.

Continuando con el cuadro 3.70., el 44% representando al grupo que han tenido negocio propio y cuentan con caminos pavimentados en los lugares para pasear que existen cerca de sus casas, 22.6% casi siempre, 17.9% algunas veces, 2.4% casi nunca, y 13.1% nunca. 43.5% de los profesionistas independientes siempre cuentan con caminos pavimentados, 30.4% casi siempre, 18.8% algunas veces, 5.8% casi nunca y 1.4% nunca. De quienes han sido funcionarios públicos 47.6% siempre cuentan con caminos pavimentados en los parques y plazas de la zona en que habitan, 28.6% casi siempre, 19% algunas veces, 4.8% casi nunca y ninguno vive en lugares en que no existan caminos pavimentados en los parques y jardines.

El 52.3% de las amas de casa siempre tienen pavimento en los caminos que existen en los parques cerca del lugar en que habitan, 24.8% casi siempre, 16.1% algunas veces, 2.7% casi nunca y 4% nunca. El 64.5% de los obreros calificados siempre tienen caminos pavimentados en las áreas para pasear que existen cerca del lugar en que habitan, 19.4% casi, 12.9 algunas veces, ninguno dice que casi nunca los tienen y 3.2% nunca tienen caminos pavimentados en las áreas para pasear que existen cerca de sus casas. En cuanto a los obreros no calificados, 47.6% siempre tienen los caminos de las áreas para pasear

de sus barrios pavimentados, 28.6% casi siempre, 23.8% algunas veces los tienen y ninguno se encuentra en el caso de que casi nunca o nunca los tengan pavimentados (ver cuadro 3.70).

Cuadro 3.70. Los caminos pavimentados en los parques que existen en los barrios de los mayores en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Hay caminos pavimentados en los parques 35.8							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	3.4	3.4	16.5	28.2	48.5	100.0
	Mujer	5.1	3.4	15.8	21.4	54.3	100.0
Edad	60 a 74 años	4.7	3.4	14.0	27.0	50.9	100.0
	75 y más años	3.4	3.4	22.0	17.8	53.4	100.0
Estado civil	Casado	3.3	3.7	13.6	24.0	55.4	100.0
	Viudo	4.7	3.1	20.3	28.1	43.8	100.0
	Divorciado	5.1	2.6	15.4	23.1	53.8	100.0
	Soltero	8.0	4.0	20.0	16.0	52.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	13.1	2.4	17.9	22.6	44.0	100.0
	Profesionista independiente	1.4	5.8	18.8	30.4	43.5	100.0
	Funcionario administrativo	0.0	4.8	19.0	28.6	47.6	100.0
	Ama de casa	4.0	2.7	16.1	24.8	52.3	100.0
	Obrero calificado	3.2	0.0	12.9	19.4	64.5	100.0
	Obrero no calificado	0.0	0.0	23.8	28.6	47.6	100.0
	Docente	0.0	0.0	7.1	28.6	64.3	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	5.4	2.2	17.4	25.0	50.0	100.0
	Empleado(a) doméstico	0.0	3.4	31.0	34.5	31.0	100.0
	Labores del hogar	2.2	3.3	13.3	21.1	60.0	100.0
	Media jornada	3.5	7.0	14.0	19.3	56.1	100.0
	Jornada completa	8.7	1.4	20.3	26.1	43.5	100.0
	Pensionado	3.4	2.3	11.5	26.4	56.3	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.9. Senderos para bicicletas y peatones en los parques

El uso de bicicletas en los espacios públicos al aire libre de la zona urbana del Área Metropolitana de Monterrey es prácticamente nulo, salvo algunos casos excepcionales. Las bicicletas son utilizadas con gran riesgo para circular en las calles de los barrios de Monterrey. Aunque la ciudad no cuenta en general con ciclistas, las pocas que existen se encuentran en algunos parques y jardines. El exceso de tráfico y las condiciones deplorables de seguridad vial en Monterrey, la inexistencia de estacionamientos para bicicletas, aunados a las inclemencias del tiempo dificultan en mucho el uso de la bicicleta como medio de transporte cotidiano (Cid, 2013).

La bicicleta es una modalidad de transporte alternativo, económico, ecológico en comparación a los que genera un automóvil o cualquier vehículo motorizado. Incrementa la salud de los que las utilizan debido al ejercicio físico que requiere su utilización. Son eficientes desde el punto de vista energético, aumenta el grado de corresponsabilidad social y fomenta la interacción entre ciclistas y peatones. En el Área Metropolitana de Monterrey 33% de los varones y 29.1% de las mujeres siempre tienen fácil acceso en sus barrios a los senderos peatonales y para bicicletas. 18.9% de hombres y 18.4% de las mujeres casi siempre, 28.2% de los varones y 22.6% de las mujeres algunas veces. Finalmente 8.7% de los adultos mayores hombres encuestados y 12% de las adultas mayores mujeres encuestadas casi nunca tienen acceso a los senderos para peatones o bicicletas. Continuando, el 11.2% de los varones nunca tienen acceso a dichos senderos, al igual que el 17.9% de las mujeres. El análisis del cuadro 3.71 en el rubro de los grupos de edad, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más, vemos el 33.1% de los adultos mayores encuestados del segundo grupo de edad y 30.1% de los del primero, siempre lo tienen. El 20.5% de los del primer grupo y 13.6% del segundo casi siempre. 23% de quienes pertenecen al primer grupo y 31.4% del segundo algunas veces. 10.9% del primer grupo de edad y 9.3% del segundo casi nunca. Finalmente, 15.5% del primer grupo y 12.7% del segundo nunca tienen acceso en sus barrios a senderos peatonales o para bicicletas.

Con respecto a los datos registrados en el cuadro 3.71 sobre el estado civil de los encuestados 41% de los divorciados, 36% de los solteros, 32.2% de los casados y 24.2%

de los viudos siempre tienen acceso en sus barrios a senderos peatonales o para bicicletas. 35% de los viudos, 20.5% de los divorciados, 15.7% de los casados y 12% de los solteros casi siempre, 30.8% de los divorciados, 28% de los solteros, 24.8% de quienes están casados y 24.2% de los viudos, algunas veces tienen acceso a este tipo de senderos en sus barrios. 12.4% de quienes están casados, 11.7% de los viudos, 4% de los solteros y ninguno de los divorciados casi nunca. 20% de los que han permanecido solteros hasta después de los 59 años, 14.9% de los casados, 14.8% de los viudos y 7.7% de los divorciados nunca tienen este tipo de senderos en el barrio en que viven.

De acuerdo con los datos recabados por SEDESOL, desde el punto de vista de la seguridad vial, se deben asignar a agentes especializados en las ciclovías. Cabe mencionar que en los países donde existe la cultura del uso de bicicletas no es necesario que existan dichos agentes. Quizá sea porque también de acuerdo con los datos recabados por dicho organismo hace falta implementar ciclovías y andadores peatonales, eliminar los obstáculos existentes en los senderos existentes para peatones o bicicletas, y que las pistas para las bicicletas sean menos angostas. Así mismo, falta dotar a la ciudadanía de una adecuada educación vial desde la infancia y fomentar el respeto al peatón y a quienes circulan en bicicleta y dichos senderos deben adecuarse para el uso de las personas mayores. (SEDESOL, 2013). En el cuadro 3.71., 42% quienes durante la mayor parte de su vida laboral han trabajado como docentes, 19% de los que fueron obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 26.8% de quienes han sido amas de casa siempre cuentan con senderos para peatones o bicicletas en sus barrios. Estos son porcentajes muy bajos dado que esta modalidad de medio de transporte resulta más accesible económicamente hablando para la mayor parte de la población, 27.5% que han laborado como profesionistas independientes y 4.8% de los obreros no calificados, así como la media porcentual aproximada del 16.1% de los obreros calificados casi siempre tienen senderos peatonales o para bicicletas en sus barrios, 42.9% de los obreros no calificados de 60 años o más, 20.2% que durante la mayor parte de sus vidas han laborado en sus propios negocios y la media porcentual aproximada del 30.4% que han sido profesionistas independientes la mayor parte de sus vida laboral algunas veces cuentan en sus barrios con este tipo de senderos.

Así mismo, el 14.8% de quienes han sido amas de casa, 4.8% de los mayores que han sido obreros no calificados durante la mayor parte de su vida laboral y la media porcentual

aproximada del 9.5% de los que han trabajado como funcionaritos administrativos, casi nunca tienen este tipo de senderos en la proximidad del área en que habitan. Y aquellos que nunca tienen senderos peatonales o para bicicletas en sus barrios, son el 28.6% de los obreros no calificados de 60 y más, 2.9% de los profesionistas independientes y la media porcentual aproximada del 12.9% de los obreros calificados, nunca tienen senderos adecuados para los peatones y las bicicletas en sus barrios. Debemos de tomar en cuenta que los peatones y ciclistas dentro de los grupos en circulación en las áreas urbanas resultan ser los más vulnerables debido a que de presentarse un accidente vial cuentan con poca protección ya que la velocidad de los vehículos de motor es muy elevada en comparación a ellos, pero también recordar que las bicicletas son más económicas, fomentan un mejor estado de salud, son sostenibles y ecológicas, por lo cual debe fomentarse este tipo de medios para desplazarse en las grandes ciudades (Pérez, 2011). En el Área Metropolitana de Monterrey 43.9% de quienes después de los 60 han continuado laborando media jornada, 20.3% de los que laboran jornada completa y la media porcentual aproximada del 30.4% de los de 60 y más que no trabajan siempre tienen senderos para bicicletas y para peatones en sus barrios.

El 24.4% de los que atienden su propia casa y 12.3% de los que laboran media jornada, así como la media aproximada del 17.4% de los de 60 y más que no trabajan, casi siempre tienen este tipo de senderos en el lugar en que habitan, 55.2% de las personas de 60 y más que laboran ayudando en casas por una remuneración, 17.8% atienden su propia casa y la media porcentual aproximada del 34.8% de los que elaboran jornada completa, algunas veces cuentan con este tipo de senderos en los lugares en que habitan, 15.6% atienden su propia casa, 3.4% trabajan en casa por una remuneración y la media porcentual aproximada del 9.2% que están pensionados casi nunca cuentan con senderos peatonales o para bicicletas en sus barrios, el 20.3% de los de 60 y más que laboran jornada completa, 3.4% de quienes ayudan en casa y la media porcentual aproximada del 12.6% de quienes están pensionados después de los 59 años no cuentan con este tipo de senderos en las proximidades de área en que habitan en Monterrey (ver cuadro 3.71).

Cuadro 3.71. Los senderos para bicicletas y peatonales en los parques que existentes en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Es fácil llegar a senderos para bicicletas y peatonales 35.9							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	11.2	8.7	28.2	18.9	33.0	100.0
	Mujer	17.9	12.0	22.6	18.4	29.1	100.0
Edad	60 a 74 años	15.5	10.9	23.0	20.5	30.1	100.0
	75 y más años	12.7	9.3	31.4	13.6	33.1	100.0
Estado civil	Casado	14.9	12.4	24.8	15.7	32.2	100.0
	Viudo	14.8	11.7	24.2	25.0	24.2	100.0
	Divorciado	7.7	0.0	30.8	20.5	41.0	100.0
	Soltero	20.0	4.0	28.0	12.0	36.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	19.0	10.7	20.2	23.8	26.2	100.0
	Profesionista independiente	2.9	5.8	30.4	27.5	33.3	100.0
	Funcionario administrativo	7.1	9.5	28.6	21.4	33.3	100.0
	Ama de casa	18.8	14.8	22.1	17.4	26.8	100.0
	Obrero calificado	12.9	9.7	25.8	16.1	35.5	100.0
	Obrero no calificado	28.6	4.8	42.9	4.8	19.0	100.0
	Docente	7.1	14.3	28.6	7.1	42.9	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	19.6	7.6	25.0	17.4	30.4	100.0
	Empleado(a) doméstico	3.4	3.4	55.2	13.8	24.1	100.0
	Labores del hogar	14.4	15.6	17.8	24.4	27.8	100.0
	Media jornada	8.8	14.0	21.1	12.3	43.9	100.0
	Jornada completa	20.3	7.2	34.8	17.4	20.3	100.0
	Pensionado	12.6	9.2	19.5	21.8	36.8	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.10. Mal estado de las banquetas y senderos

La Sala Plena de la **Corte Constitucional en Colombia declaró viable la siguiente norma**: “Los ancianos deben estar acompañados al cruzar las vías por personas mayores de dieciséis años”. Es más fácil tomar este tipo de decisiones arbitrarias que adecuar y regir sobre el entorno urbano para que resulte inclusivo a toda la población que hace uso de él. Aunque la Procuraduría la anuló, el que una instancia gubernamental en pleno tome este tipo de decisiones llama la atención. Quienes están asignados en la sociedad para procurar el bienestar de esta, deben en lo ideal tomar mejores decisiones para los grupos vulnerables, una de sus prioridades (Caracol Radio, 2016). Accesibilidad universal significa que cualquier persona independientemente de sus cualidades, problemas de salud, o condición social puede hacer uso libre de un espacio. Uno de los principales problemas que presentan los entornos urbanos mexicanos es la falta de mantenimiento. Es común en el Área Metropolitana de Monterrey encontrar roturas, inadecuaciones de forma y dimensión, pozos o altorrelieves en las banquetas que no reciben ninguna atención y terminan siendo un peligro para quienes hacen uso de ellas e inclusive termina siendo un obstáculo para muchos debido a la falta de mantenimiento y atención a su diseño adecuado por parte de las autoridades reguladoras del medio ambiente y la infraestructura urbana (López 2011).

De acuerdo con lo que nos muestra la figura 3.82 la mayor parte de la población de varones y mujeres de 60 o más que habitan en el Área Metropolitana de Monterrey opinan que en sus barrios algunas veces existen rupturas y pozos que les dificultan caminar en las banquetas y caminos que existen en sus barrios. De la población de varones, 32% algunas veces encuentran este tipo de obstáculos en las calles y caminos de sus barrios, al igual que el 32.5% de la población de mujeres que fueron encuestadas. 21.4% de los varones y 17.5% de las mujeres, casi siempre encuentran este tipo de problemas cuando caminan por sus barrios. 16% de los varones y 19.2% de las mujeres siempre reconocen este tema en los alrededores del lugar en que viven. El 15.5% de varones y 15% de las mujeres casi nunca los encuentran y 15% de los varones y 15.8% de las mujeres nunca encuentran este tipo de problemas (ver cuadro 3.72.). De acuerdo con los datos que muestra dicho cuadro, 32% de las personas que pertenecen al primer grupo de edad es decir el de 60 a 74 años y 33.1% del segundo que son las personas que tienen 75 o más

algunas veces encuentran en las banquetas y caminos de sus barrios pozos o rupturas que les dificultan caminar por ellos. 22.9% del segundo grupo y 18% del primero casi siempre encuentran este tipo de obstáculos en las calles y caminos de sus barrios. 18.6% de los del primer grupo de edad y 15.3% del segundo, siempre lo encuentra.

Un grupo de porcentajes tienen pocos problemas con este tipo de obstáculos en la vía pública, 16.1% de los del primer grupo y 12.7% del segundo casi nunca se encuentran con pozos o rupturas en las calles del lugar en que habitan, 16.1% de los del segundo grupo y 15.2% del primero nunca tienen problemas con pozos o rupturas en las calles de sus barrios.

En México en dos décadas los adultos mayores serán el mayor grupo de población. Lamentablemente el 60% de la población ve a los ancianos como una carga, en México: es imperativo ante la futura población envejecida, adecuar el espacio público para que pueda ser utilizado de manera libre y autónoma, para que esto no se convierta en un problema al crear dependencia para movilizarse debido a las inadecuaciones y falta de mantenimiento del entorno urbano del Área Metropolitana de Monterrey. A nivel internacional existen personas mayores que viven en situaciones precarias y muchas veces se ven obligadas a laborar en el mercado informal de trabajo sin ninguna prestación y percibiendo salarios por demás bajos. Como ya hemos comentado muchas de las características de los barrios dependen de la actividad laboral que ejercieron los mayores durante la mayor parte de sus vidas y el mantenimiento que las autoridades correspondientes dan a dichos espacios está altamente relacionado con el nivel de ingresos de las personas que en ellos evitan y que muchas veces son el resultado de las actividades laborales en que se vieron inmersos la mayor parte de sus vidas.

Las personas que han tenido negocio propio y laborado en él la mayor parte de sus vidas laborales, de acuerdo con el cuadro 3.72., 32% de ellas algunas veces encuentran pozos y rupturas en las calles de sus barrios que les impiden caminar cómodamente por ellos. 25% siempre los detectan, 16.7% nunca, 13.1% casi nunca o casi siempre los encuentran. El 34.8% de los profesionistas independientes algunas veces enfrentan este tipo de obstáculos en las calles de sus barrios, 26.1% casi nunca, 21.7% casi siempre y 26.1% casi nunca los encuentran y 7.2 % de los mayores de edad que han laborado como

profesionistas independientes durante la mayor parte del transcurso de su vida laboral, nunca tienen este tipo de problemas en sus barrios.

Asimismo, el 23.8% de los funcionarios administrativos algunas veces encuentran pozos o rupturas en las banquetas y caminos de sus barrios que les impiden transitar con seguridad. También el 23.8% de estos últimos casi siempre encuentran estos obstáculos en el entorno de sus barrios. El 16.7% nunca o casi nunca tienen este tipo de problemas para transitar por las calles de sus barrios y el 19% de los adultos mayores del Área Metropolitana de Monterrey que han laborado como funcionarios administrativos siempre encuentran este tipo de obstáculos en las calles de sus barrios. Las amas de casa son el grupo que mayor porcentaje tiene, 36.2%, de quienes algunas veces tienen pozos y rupturas en las calles de sus barrios. 19.5% de este sector poblacional, casi siempre tienen este tipo de problemas cerca del lugar en que viven, 17.4% siempre lo tienen, y 13.4% nunca o casi nunca lo tienen.

En el caso de los obreros los porcentajes son un poco más dispares, 35.5% de las personas encuestadas que han sido obreros calificados la mayor parte de su vida laboral activa nunca tienen pozos o rupturas en las calles y caminos del barrio en que habitan, 32.3% algunas veces tienen este tipo de obstáculos en sus barrios, 16.1% casi nunca, 9.7% siempre y 6.5% de los adultos mayores que han laborado como obreros calificados casi siempre encuentran pozos o rupturas en las calles del lugar en que habitan. Los obreros no calificados viven una situación muy diferente a los anteriores y son de acuerdo con el cuadro 3.72. los que más tienen que lidiar con este tipo de problemas en el entorno del lugar en que viven. 38.1% de ellos casi siempre tienen este tipo de dificultades, 33.3% algunas veces, 14.3% casi nunca, 9.5% siempre los tienen y 4.8% nunca. Respecto a los que han laborado como docentes durante la mayor parte de su vida laboralmente activa, de acuerdo con los datos mostrados por el cuadro 3.72., 28.6% algunas veces encuentran rupturas o pozos en las banquetas y caminos de sus barrios que les impiden transitar con comodidad por ellos, 21.4% casi siempre o siempre tienen este tipo de problemas y 14.3% nunca o casi nunca los sufren (ver cuadro 3.72.).

En el cuadro 3.72, el 38% de los de 60 y más que no trabajan, algunas veces tienen problemas con los pozos y rupturas que existen en las banquetas y caminos que hay en sus barrios, 19.6% casi siempre, 18.5% siempre, y son muy pocos los que nunca 10.9%,

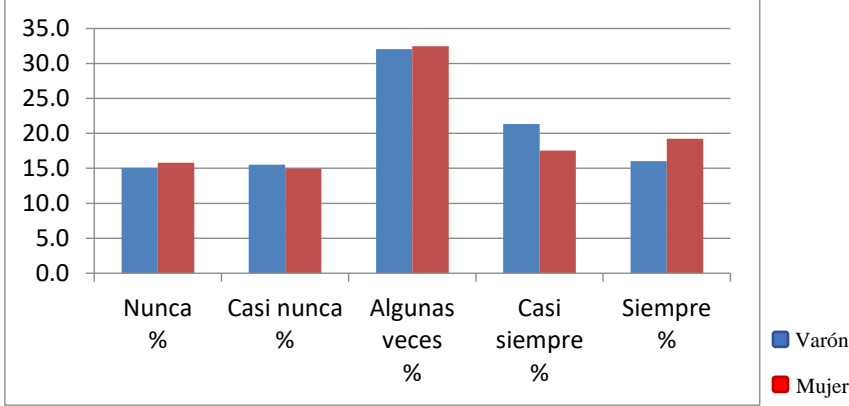
o casi nunca 13% tienen este tipo de obstáculos en el entorno próximo al lugar en que viven. El 27.6% de quienes laboran en casas, en donde reciben una remuneración, algunas veces enfrentan problemas con los pozos y las fracturas que existen en las calles del lugar en que habitan. 20.7% casi nunca o casi siempre, 24.1% siempre tienen estos temas en las proximidades del lugar en que habitan, son el mayor porcentaje de quienes siempre reconocen este tipo de problemas, y 6.9% de este grupo de personas nunca.

Las personas que trabajan atendiendo sus propias casas después de cumplir 59 parecen estar en una mejor situación que las anteriores. 33.3% de ellos algunas veces tienen este tipo de obstáculos en el lugar en que habitan, 18.9% casi siempre, 16.7% nunca o casi nunca y 14.4% siempre los tienen. Hay personas mayores que tienen necesidad de laborar media jornada o quienes inclusive laboran media jornada. Mantenerse ocupado es siempre sano para los mayores, pero en esta sociedad es visto con connotación negativa. El 35.1% de los que laboran media jornada algunas veces tienen problemas con los pozos y fracturas en las banquetas y senderos de sus barrios, 14% casi nunca o casi siempre y 15.8% nunca. Respecto a quienes laboran jornada completa, 34.8% algunas veces tienen problemas con los pozos que hay en las calles que rodean el lugar en que habitan, 17.4% casi siempre o siempre, 20.3% de los mayores que trabajan jornada completa nunca sufren este tipo de dificultades en sus barrios. Cabe mencionar que son el mayor porcentaje de quienes nunca los tienen. 14.4% de ellos casi nunca o nunca y 10.1% de este grupo, casi nunca enfrentan estos obstáculos en sus barrios.

En cuanto a los pensionados, 25.3% casi siempre tienen pozos o fracturas en las banquetas o caminos de sus barrios que les impiden caminar con seguridad y confort, 23% algunas veces, 20.7% casi nunca y 17.2% nunca. Dentro de los indicadores sociodemográficos del cuadro 60, el estado civil pudiera mostrar indicadores porcentuales importantes, el 39.8% de los viudos son el mayor porcentaje de quienes opinan que en sus barrios existen pozos y rupturas en las calles y este también es el mayor rubro de todos. El 36% de los solteros también tienen este tipo de problemas algunas veces, también el 28.5 de los casados y 28.2% de los divorciados. Quienes casi siempre tienen este tipo de obstáculos en sus barrios, son el 19.8% de los casados, 19.5% de los viudos, 17.9% de los divorciados y 16% de los solteros. Casi siempre tienen pozos y fracturas en las calles de sus barrios el 20.5% de los divorciados, 20% de los solteros, 17.8% de los casados y 15.6% de los viudos. Hay quienes casi nunca tienen problemas de este tipo que

obstaculicen su tránsito en las calles de sus barrios, 16.9% de los casados casi nunca los tienen, 17.9% de los divorciados, 12.5% de los viudos y 12% de quienes permanecieron solteros hasta los 60 y más (ver cuadro 3.72. y figuras 3.82. y 3.83.).

Figura 3.82., Las banquetas y caminos en que hay rupturas y pozos que dificultan caminar a los mayores. En relación con su sexo, Monterrey, 2017



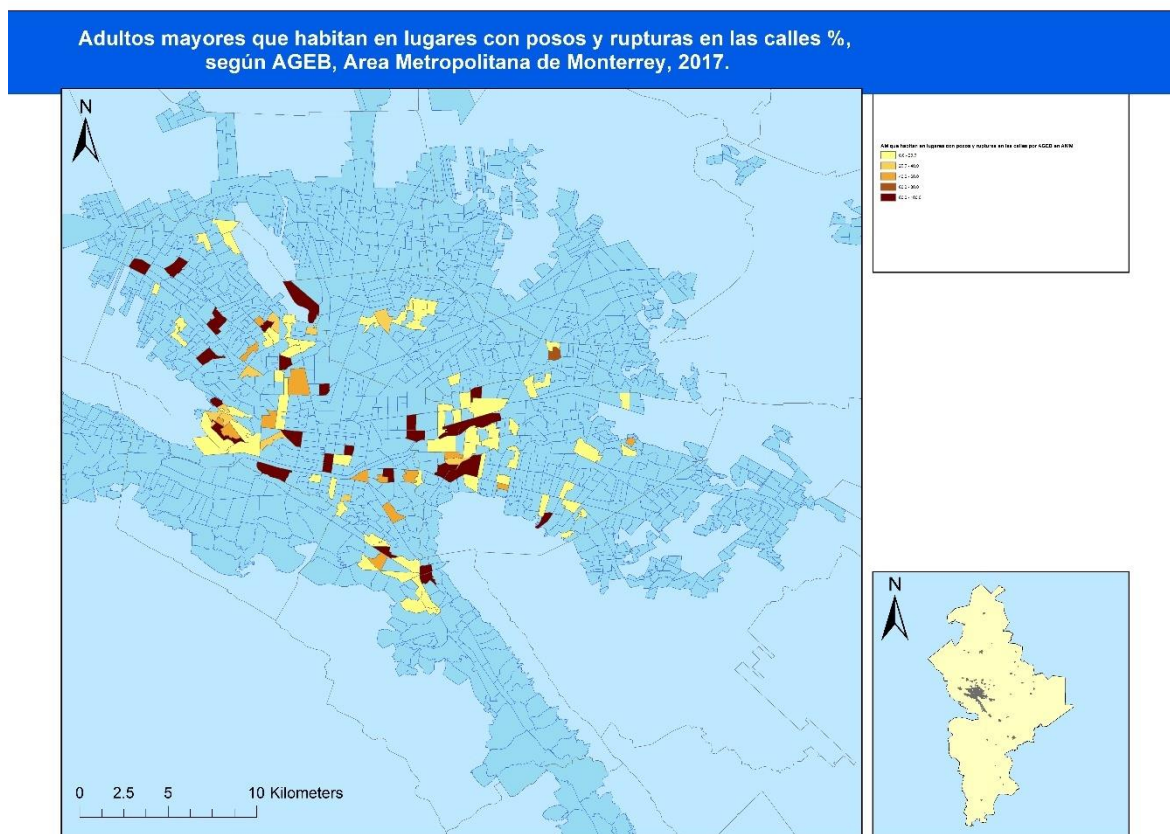
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.72. Las banquetas y caminos en que hay rupturas y pozos que dificultan caminar a los mayores. En relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

En las banquetas y caminos hay rupturas y pozos que dificultan caminar 35.10							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	15.0	15.5	32.0	21.4	16.0	100.0
	Mujer	15.8	15.0	32.5	17.5	19.2	100.0
Edad	60 a 74 años	15.2	16.1	32.0	18.0	18.6	100.0
	75 y más años	16.1	12.7	33.1	22.9	15.3	100.0
Estado civil	Casado	16.9	16.9	28.5	19.8	17.8	100.0
	Viudo	12.5	12.5	39.8	19.5	15.6	100.0
	Divorciado	17.9	15.4	28.2	17.9	20.5	100.0
	Soltero	12.0	16.0	36.0	16.0	20.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	16.7	13.1	32.1	13.1	25.0	100.0
	Profesionista independiente	7.2	26.1	34.8	21.7	10.1	100.0
	Funcionario administrativo	16.7	16.7	23.8	23.8	19.0	100.0
	Ama de casa	13.4	13.4	36.2	19.5	17.4	100.0
	Obrero calificado	35.5	16.1	32.3	6.5	9.7	100.0
	Obrero no calificado	4.8	14.3	33.3	38.1	9.5	100.0
	Docente	14.3	14.3	28.6	21.4	21.4	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	10.9	13.0	38.0	19.6	18.5	100.0
	Empleado(a) doméstico	6.9	20.7	27.6	20.7	24.1	100.0
	Labores del hogar	16.7	16.7	33.3	18.9	14.4	100.0
	Media jornada	15.8	14.0	35.1	14.0	21.1	100.0
	Jornada completa	20.3	10.1	34.8	17.4	17.4	100.0
	Pensionado	17.2	20.7	23.0	25.3	13.8	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.83. Adultos mayores que habitan en lugares con pozos y rupturas en las banquetas y caminos, % por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.11. Limpieza de banquetas y senderos

Un problema que no se ha logrado resolver de manera adecuada en el Área Metropolitana de Monterrey es el manejo de los desechos urbanos que frecuentemente aparecen en las banquetas. o es extraño al ir manejando ver como las bolsas de plástico flotan en el aire impulsadas por el viento que se genera de manera natural o por el movimiento de los vehículos. Aunque en los países tercermundistas el manejo de la basura suele ser bastante deficiente, esto no es pretexto para no tomar las medidas pertinentes para eliminar este gran problema. En el Área Metropolitana de Monterrey no es extraño encontrar grandes contenedores obstaculizando la circulación, así como pequeños recipientes rebosados, resultado de la insuficiencia de capacidad y falta de mantenimiento e higiene. Esto resulta problemático sobre todo para las personas de la tercera edad, que al tener que bajar o hacerse a un lado en las calles con el fin de evadir los residuos, pueden exponerse a caídas u otro tipo de accidentes. En el Área Metropolitana de Monterrey existen calles con yerba que bloquean las aceras por las que los niños y los adultos mayores transitan, provocando que deban bajar para evadirla, la yerba al igual que la basura dificultan el tránsito de quienes como los adultos mayores y estos mismos tienen dificultades para caminar (Mendieta, 2013) Ver figura 3.85.

En la figura 3.84 correspondiente al primer rubro del cuadro 3. 73. Se visualiza con facilidad que aproximadamente el 30% de la población de adultos mayores que habitan en el Área Metropolitana de Monterrey, tienen problemas con los obstáculos que representan la basura y la yerba en las banquetas que existen en sus barrios. Si se analizan con mayor detalle, de acuerdo con los datos presentados en el cuadro 3.73., 31.2% de las mujeres y 30.1 % de los varones de 60 o más, algunas veces tienen problemas con la yerba y la basura que existe en las aceras de sus barrios. El 23.3% de los varones y 21.4% de las mujeres, casi nunca tienen este tipo de problemas en las zonas en que habitan. 19.2% de las mujeres y 14.6% de los hombres mayores de edad encuestados, nunca tienen este tipo de problemas en sus barrios.

Igualmente, el 17% de los varones y 17.5% de las mujeres casi siempre tienen problemas con la basura y la yerba que hay en las aceras de su barrio pues constituyen obstáculos para la caminabilidad. El 10.7% de las mujeres y 15% de los varones, siempre

tienen este tipo de problemas. Las cosas no cambian mucho cuando se analizan los datos referentes a los dos grupos de edad, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más. 31.4% del segundo grupo y 30.4% del primero algunas veces tienen problemas con las yerbas y basura que obstaculizan las aceras de sus barrios. 22.4% del primer grupo y 22% del segundo casi nunca. 17.1% del primer grupo y 16.9% del segundo, nunca tienen problemas de este tipo en sus barrios, 17.7% del primer grupo y 16.1% del segundo casi siempre tienen dificultades con la yerba y la basura en sus barrios y 12.4% del primer grupo, así como 13.6% del segundo siempre.

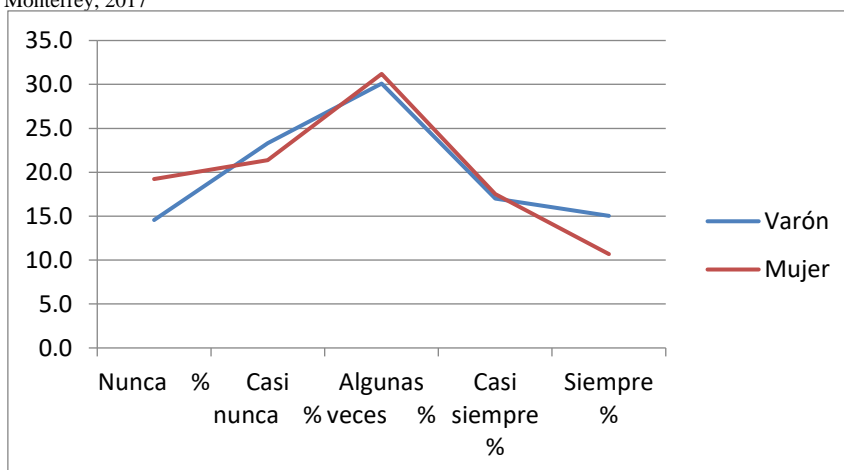
Siguiendo el análisis de datos del cuadro 3.73 el estado civil de los mayores encuestados se relaciona con las condiciones en que se encuentran las calles del barrio en que habitan, en particular con la presencia de basura y yerba que obstaculicen el tránsito de los de 60 y más en las banquetas de las calles del barrio en que habitan. La mayor parte de la población en general algunas veces tienen este tipo de obstáculos en las calles de sus barrios, 33.3% de los divorciados, 31.4% de los casados, 29.7% de los viudos y 24% de los solteros, algunas veces encuentran hierva y basura obstaculizando las banquetas que existen en el entorno en que habitan, 28% de los mayores solteros. Por otro lado, el 28% de quienes han permanecido solteros después de los 59 años, 22.7 de los casados, 21.9% de los viudos y 20.5% de los divorciados, casi nunca tienen este tipo de obstáculos en sus banquetas. El 19% de los casados, 15.4% de los divorciados, 14.8% de los viudos y 12% de los solteros nunca tienen este tipo de problemas en sus barrios. 17.9% de los divorciados, 17.4% de los casados, 17.2% de los viudos y 16% de los solteros casi siempre los tienen. El 20% de los solteros, 16.4% de los viudos, 12.8% de los divorciados y 9.5% de los casados, siempre tienen esta clase de obstáculos en las banquetas del barrio en que habitan (ver cuadro 3.73.).

Para que las banquetas se consideren transitables y accesibles deben ser: accesibles, seguras en todos los aspectos: viales, físicos y sociales. Estar libres de elementos insalubres y contribuir a la buena imagen del entorno urbano en que se encuentran. Por accesibilidad se entiende que todas las personas sin importar su condición puedan permanecer y acceder a ellas con libertad (Palomares, 2012). La basura, los hoyos, las raíces de los árboles que al crecer destruyen las banquetas, las yerbas que en estas crecen, son elementos que, a falta de mantenimiento, se convierten en obstáculos para el acceso o la permanencia que deber darse con libertad en las banquetas.

En el cuadro 3.73 se observa que el 36.2% de quienes han laborado la mayor parte de sus vidas como amas de casa, un 19.4% de quienes han laborado como obreros calificados y la media porcentual aproximada del 28.6% de quienes lo han hecho como funcionarios administrativos u obreros no calificados algunas de las veces tienen este tipo de obstáculos en los barrios en que viven. El 35.7% de los que han laborado como docentes la mayor parte de su vida laboral, el 12.9% de quienes han sido obreros calificados y la media porcentual aproximada del 23.8% de los que lo hicieron como obreros no calificados, casi nunca tienen este tipo de obstáculos en sus barrios. El 45.2% de los obreros calificados y el 4.8% de los no calificados y su media porcentual aproximada del 21.4% de los docentes, nunca tienen este tipo de obstáculos en las banquetas de las calles de sus barrios. 23.8% de los obreros no calificados, 7.1% de los docentes y su media porcentual aproximada del 17.4% de quienes han laborado como amas de casa casi siempre encuentran este tipo de obstáculos en el entorno de los barrios en que habitan. El 19% de los obreros no calificados, ninguno de los docentes y su media porcentual aproximada del 9.4% de quienes han laborado como amas de casa, siempre tienen este tipo de obstáculos en las calles y banquetas de los barrios en que habitan.

En cuanto a la perspectiva desde el punto de vista de la situación laboral actual de los mayores, 36.8% de quienes laboran media jornada, 18.4% de los que están pensionados y su media porcentual aproximada del 24.6% de quienes laboran jornada completa algunas veces encuentran basura o yerba obstaculizando las banquetas de las calles de sus barrios. 26.1% de los que no trabajan, 10.3% de quienes perciben una remuneración trabajando en casas y la media porcentual aproximada del 21.1% de quienes trabajan media jornada casi nunca tienen estos obstáculos en las banquetas de sus barrios. Los que nunca tienen estos obstáculos en las banquetas de las calles de sus barrios son el 27.6% de los pensionados, 6.9% de quienes ayudan en casa por una remuneración y su media porcentual aproximada del 16.3% de quienes no trabajan casi siempre tienen este tipo de problemas en sus barrios. 20.3% de quienes laboran jornada completa (quizá porque tienen mayor necesidad económica), 7.6% de los que no trabajan después de los 59 años (quizá porque no tienen mucha necesidad económica) y la media porcentual aproximada del 13.8% de quienes trabajan ayudando en casa por una remuneración, siempre tienen este tipo de obstáculos en los lugares en que habitan (ver cuadro 3.73. y figuras 3.84. y 3.85.).

Figura 3.84., Banquetas y caminos con hierba y basura que dificultan caminar en los barrios de los mayores, en relación con su sexo, Monterrey, 2017



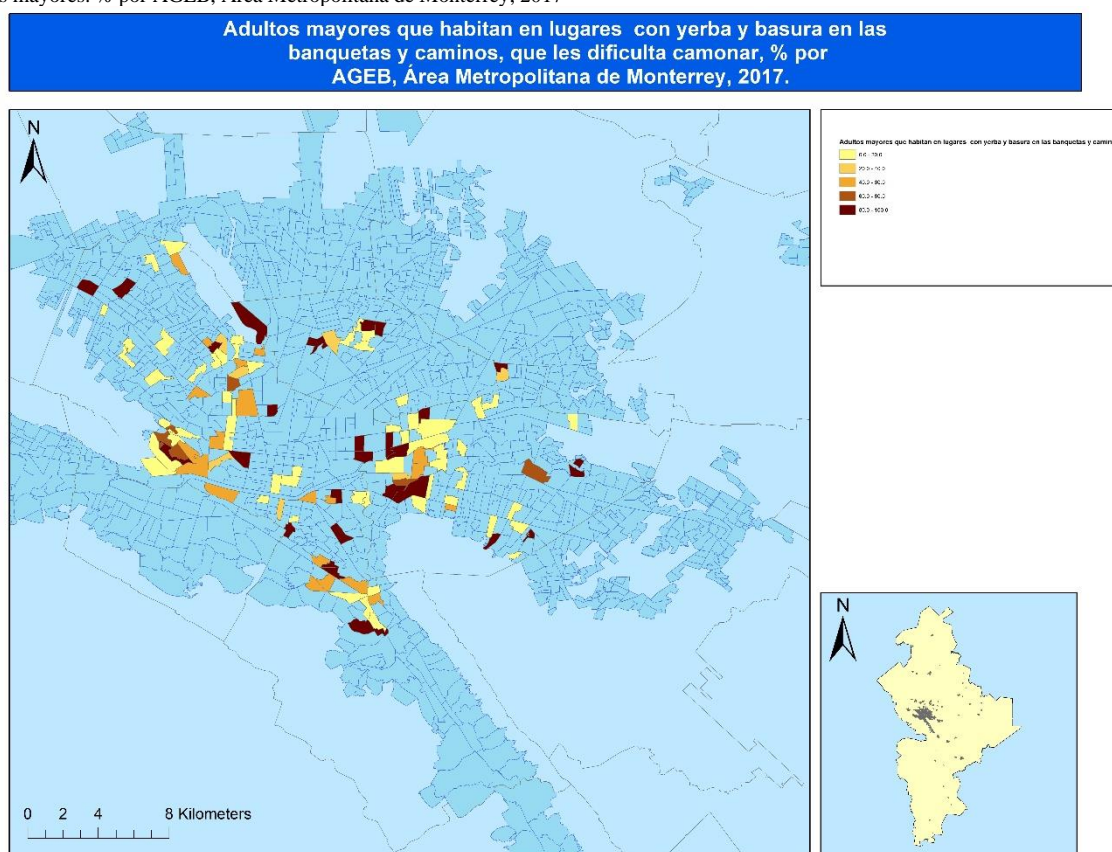
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.73. Banquetas y caminos con hierba y basura que dificultan caminar en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

		35.11					
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	14.6	23.3	30.1	17.0	15.0	100.0
	Mujer	19.2	21.4	31.2	17.5	10.7	100.0
Edad	60 a 74 años	17.1	22.4	30.4	17.7	12.4	100.0
	75 y más años	16.9	22.0	31.4	16.1	13.6	100.0
Estado civil	Casado	19.0	22.7	31.4	17.4	9.5	100.0
	Viudo	14.8	21.9	29.7	17.2	16.4	100.0
	Divorciado	15.4	20.5	33.3	17.9	12.8	100.0
	Soltero	12.0	28.0	24.0	16.0	20.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	14.3	21.4	32.1	21.4	10.7	100.0
	Profesionista independiente	7.2	31.9	29.0	13.0	18.8	100.0
	Funcionario administrativo	14.3	21.4	28.6	21.4	14.3	100.0
	Ama de casa	16.8	20.1	36.2	17.4	9.4	100.0
	Obrero calificado	45.2	12.9	19.4	9.7	12.9	100.0
	Obrero no calificado	4.8	23.8	28.6	23.8	19.0	100.0
	Docente	21.4	35.7	35.7	7.1	0.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	7.6	26.1	42.4	16.3	7.6	100.0
	Empleado(a) doméstico	6.9	10.3	41.4	27.6	13.8	100.0
	Labores del hogar	22.2	22.2	30.0	15.6	10.0	100.0
	Media jornada	19.3	21.1	36.8	10.5	12.3	100.0
	Jornada completa	10.1	24.6	24.6	20.3	20.3	100.0
	Pensionado	27.6	23.0	18.4	16.1	14.9	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.85. Adultos mayores habitan en lugares con banquetas y caminos con yerba y basura que dificultan caminar, en los barrios de los mayores. % por AGEb, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.12. Seguridad al andar en bicicleta o caminar en los barrios de los mayores

La inseguridad parece ser el mayor de los problemas a que se enfrentan los mayores al transitar por las calles de los barrios en que habitan en el Área Metropolitana de Monterrey. La sensación de inseguridad puede ser provocada por múltiples factores existentes en el entorno urbano de las calles en que habitan los mayores en el Área Metropolitana de Monterrey. El miedo al rechazo o desaprobación social, por el simple hecho de ser un anciano, el temor a el tráfico de los vehículos motorizados, a ser asaltados, agredidos o secuestrados, a extraviarse, a no recibir auxilio en caso necesario o a sufrir caídas debido al mal estado de los lugares implementados para el tránsito peatonal. Todos ellos y peor aún la suma de todos ellos suelen obstaculizar el libre tránsito a pie o en bicicleta de los de 60 y más en el Área Metropolitana de Monterrey. Algunos de los miedos más frecuentes de la población mayor se derivan del miedo a la soledad y a las caídas, ya sea por falta de iluminación adecuada o por la inadecuación del diseño o la falta de mantenimiento de los lugares destinados al tránsito peatonal en las grandes ciudades (López, 2012).

De acuerdo con los datos de la figura 3.86 únicamente alrededor del 25% de la población de adultos mayores las calles del barrio en que habitan en Monterrey sienten que las calles son seguras para pasear por ellas caminando o en bicicleta. La mayor parte de las personas, alrededor de un 35%, piensan que algunas veces es seguro pasear en las calles próximas al lugar en que habitan. De manera un poco más precisa, de acuerdo con el cuadro 3.74., 24.4% de las mujeres de 60 o más y 26.7% de los varones siempre se sienten seguros caminando o andando en bicicleta en los barrios en que habitan. Por otro lado, 27.2% de los hombres y 21.4% de las mujeres casi siempre se sienten seguros, 37.2% de las mujeres y 32.5% de los varones algunas veces, 8.1% de las mujeres y 6.3% de los varones casi nunca, 9% de las mujeres y 7.3% de los hombres nunca se sienten seguros al caminar o andar en bicicleta en el barrio en que habitan. El 34.7 % de las personas de 75 y más que conforman el segundo grupo de edad, y 22% de 60 a 74 años que conforman el primer grupo siempre se sienten seguros en la proximidad de sus barrios al transitar a pie o en bicicleta. 25.8% del primer grupo de edad y 19.5% del segundo casi siempre. 35.1% del primer grupo y 34.7% del segundo algunas veces se sienten

seguros, 7.8% del primer grupo y 5.9% del segundo grupo de edad, casi nunca se sienten seguros al pasear en bicicleta o caminar en las cercanías del lugar en que habitan, 9.3% del primer grupo de edad y 5.1% del segundo nunca se reconocen seguros en las calles de sus barrios.

De las personas que están casadas, 34.7% algunas veces se sienten seguras en las calles de sus barrios. 25.6% siempre, 25.2% casi siempre, 7.9% nunca se sienten inseguros y 6.6% casi nunca. El 39.8% de los viudos algunas veces se sienten inseguros andando en bicicleta o caminando en la proximidad de sus barrios, 22.7% casi siempre, 21.9% siempre se sienten seguros paseando cerca del lugar en que habitan, 8.6% casi nunca y 7% nunca se sienten seguros al caminar o andar en bicicleta en la proximidad de sus barrios. El 35.9% de quienes están divorciados siempre se sienten seguros, 25.6% casi siempre 23.1% algunas veces se sienten seguros y 7.7% tanto nunca o casi nunca se sienten seguros. De las personas que han permanecido solteras después de los 59 años, 40% algunas veces se sienten seguros al caminar o pasear a pie o en bicicleta en la proximidad del lugar en que viven, 20% casi siempre, 16% siempre o nunca y 8% casi nunca se sienten seguros caminando o andando en bicicleta en las calles del barrio en que habitan.

En el 2017, la percepción de inseguridad se ubicó en 74.1% en Monterrey, mientras el indicador nacional se ubica en 75.9% al cierre del año 2017. 80.5% de las mujeres tienen esa sensación de inseguridad y el 70.4% de los varones. El 72.9% se perciben inseguras al trasladarse en los medios de transporte en Monterrey y 68.2% se sienten inseguros en las calles (García, 2018). De los que la mayor parte de su vida laboral trabajaron en sus propios negocios 29.8% algunas veces se sienten inseguros caminando o andando en bicicleta en los alrededores del lugar en que habitan, 25% casi siempre o siempre se sienten seguros, 8.3% casi nunca y 11.9% nunca se sienten inseguros. De las personas que la mayor parte de su vida laboral trabajaron como profesionistas independientes, 36.2% casi siempre se sienten seguros paseando a pie o en bicicleta en el barrio en que habitan, 29% siempre, 27.5% algunas veces, 4.3% casi nunca y 2.9% nunca los hacen. El 38.1% de quienes han laborado como funcionarios administrativos algunas veces se sienten seguros, 40.5% siempre, siendo el mayor porcentaje de los mayores encuestados que se sienten siempre seguros en la proximidad de sus barrios, el 14.3% casi

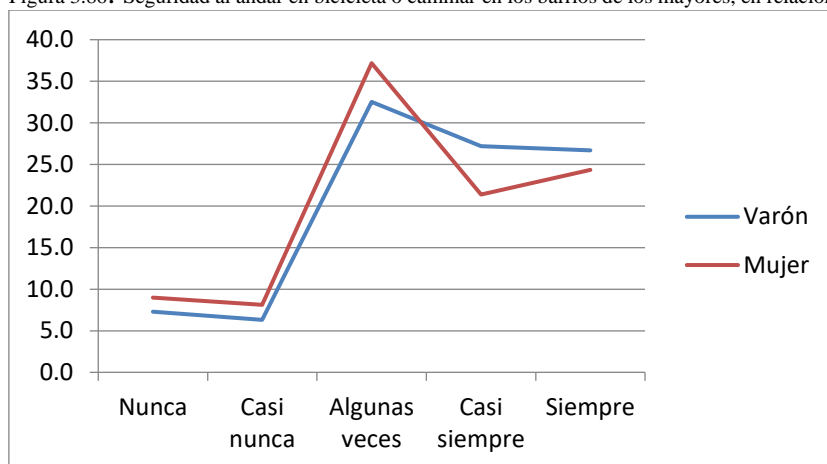
siempre, 4.8% casi nunca y 2.4% nunca lo hacen al transitar a pie o en bicicleta en el barrio en que habitan.

De quienes han sido amas de casa la mayor parte de su vida laboral, 42.3% algunas veces se sienten seguras al andar en bicicleta o pasear a pie en las proximidades de sus barrios, 22.1% casi siempre, 19.5% siempre se sienten seguras, 8.7% casi nunca se sienten seguras y 7.4% nunca se sienten seguras caminando o andando en bicicleta en las calles o caminos del barrio en que viven. De los de 60 y más que han laborado como obreros calificados, 32.3% algunas veces se sienten seguros en los alrededores del barrio en que habitan, 22.6% siempre, 19.4% casi siempre, 16.1% nunca se sienten seguros y son el mayor porcentaje que se sienten de esta manera al caminar o pasear en bicicleta en las proximidades del barrio en que habitan en Monterrey, mientras el 9.7% casi nunca se sienten seguros. El 38.1% de quienes han laborado como obreros no calificados casi siempre se sienten seguros en las proximidades del lugar en que habitan, 42.9% de ellos algunas veces, 9.5% casi nunca y 4.8% nunca se sienten seguros caminando o andando en bicicleta en los barrios en que habitan. De quienes han laborado como docentes la mayor parte de sus vidas 35.7% casi siempre se sienten seguros en el barrio en que viven, cuando caminan o pasean en bicicleta, 28.6% algunas veces o siempre, el 7.1% nunca se sienten seguros y ninguno manifestó que casi nunca se siente seguro paseando en bicicleta o caminando en el barrio en que viven. 45.7% de los adultos mayores algunas veces se sienten seguros caminando o andando en bicicleta en sus barrios, al igual que el 26.3% de quienes laboran media jornada y la media porcentual aproximada del 34.5% de quienes laboran ayudando en casa por una remuneración.

El 31% de quienes ayudan en casa por una remuneración, el 19.5% de los que están pensionados y la media porcentual aproximada del 26.3% de quienes laboran media jornada, casi siempre se sienten seguros al realizar estas actividades en las proximidades del lugar en que habitan. El 37.9% de quienes están pensionados, 13.8% de quienes trabajan en casas por una remuneración y la media porcentual aproximada del 22.2% de quienes atiende su propia casa siempre se sienten seguros paseando a pie o en bicicleta cerca del lugar en que viven. El 13.8% de quienes ayudan en casa por un salario, 5.3% de los que laboran media jornada y la media porcentual aproximada del 8.9% de los que atienden su propia casa casi nunca se sienten seguros al realizar estas actividades en sus barrios, 10.1% de los que laboran jornada completa, 5.3% de los que laboran media

jornada y la media porcentual aproximada del 6.9% de los que ayudan en casa por una remuneración nunca se sienten seguros al pasear en bicicleta o a pie en sus barrios (ver cuadro 3.74).

Figura 3.86. Seguridad al andar en bicicleta o caminar en los barrios de los mayores, en relación con su sexo, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.74. Seguridad al andar en bicicleta o caminar en los barrios de los mayores, en relación con las características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Hay seguridad para andar en bicicleta y a pie 35.12							
		Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	Total
Sexo	Varón	7.3	6.3	32.5	27.2	26.7	100.0
	Mujer	9.0	8.1	37.2	21.4	24.4	100.0
Edad	60 a 74 años	9.3	7.8	35.1	25.8	22.0	100.0
	75 y más años	5.1	5.9	34.7	19.5	34.7	100.0
Estado civil	Casado	7.9	6.6	34.7	25.2	25.6	100.0
	Viudo	7.0	8.6	39.8	22.7	21.9	100.0
	Divorciado	7.7	7.7	23.1	25.6	35.9	100.0
	Soltero	16.0	8.0	40.0	20.0	16.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	11.9	8.3	29.8	25.0	25.0	100.0
	Profesionista independiente	2.9	4.3	27.5	36.2	29.0	100.0
	Funcionario administrativo	2.4	4.8	38.1	14.3	40.5	100.0
	Ama de casa	7.4	8.7	42.3	22.1	19.5	100.0
	Obrero calificado	16.1	9.7	32.3	19.4	22.6	100.0
	Obrero no calificado	4.8	9.5	42.9	38.1	4.8	100.0
	Docente	7.1	0.0	28.6	35.7	28.6	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	8.7	7.6	45.7	23.9	14.1	100.0
	Empleado(a) doméstico	6.9	13.8	34.5	31.0	13.8	100.0
	Labores del hogar	6.7	8.9	38.9	23.3	22.2	100.0
	Media jornada	5.3	5.3	26.3	26.3	36.8	100.0
	Jornada completa	10.1	5.8	31.9	30.4	21.7	100.0
	Pensionado	8.0	6.9	27.6	19.5	37.9	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.13. Árboles en las calles

Vivir en ciudades está relacionado con una creciente sensación de estrés. Está demostrado que los problemas de salud mental son más frecuentes en la ciudad que en el entorno urbano. Está demostrado que vivir cerca de la naturaleza está asociado con una mejor salud mental, con un mejor estado de ánimo y con la longevidad (Kühn, 2017).

En un ambiente caracterizado por su alto nivel de calor durante la mayor parte del año, una consecuencia es la reducción de la actividad física de los habitantes de Monterrey, que al no tener el resguardo de la sombra que proyectan los árboles han limitado el tiempo para salir a pasear al exterior a las horas en que el sol ya no está presente. Por otro lado, a dichas horas resulta poco seguro salir a las calles debido a la inseguridad creado por la delincuencia en el Área Metropolitana de Monterrey. Esto ha determinado en buena parte de sus habitantes se abstengan de los paseos en los barrios, que se realizaban sobre todo al atardecer y de los que eran participes varios de los adultos mayores que residían en esta ciudad, tanto de forma activa, caminando como saludando a los vecinos que veían pasear en sus barrios.

Respecto a la existencia de árboles en las calles de los barrios en donde habitan los adultos mayores, el 35% de los varones y el 30.3% de las mujeres, siempre encuentran calles y caminos arbolados en el barrio en que viven, 29.1% de las mujeres y 26.2% de los hombres casi siempre, 25.6% de las mujeres y 25.7% de los varones algunas veces, 11.7% de los varones y 9.8% de las mujeres casi nunca encuentran árboles en las calles de sus barrios, 5.1% de las mujeres y solo el 1% de los varones nunca. Respecto a la edad de los adultos mayores, si los contemplamos en dos grupos el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más. De acuerdo con los resultados contemplados en el cuadro 3.75., el 33.9% de los mayores del segundo grupo de edad y 32.3% del primero siempre tienen árboles a lo largo de las calles de sus barrios, 28.6% de los del primer grupo y 25.4% de los del segundo casi siempre los encuentran, 25.8% del primer grupo y 25.4% del segundo grupo algunas veces los cuentan. 11% del segundo y 10.6% del primero casi nunca los reconocen, y son muy pequeños los porcentajes de los grupos que nunca encuentran árboles. 4.2% del segundo grupo de edad y 2.8% del primero son quienes nunca encuentran árboles a lo largo de las calles del barrio en que habitan.

Ante el estado civil de los adultos mayores de acuerdo con los datos del cuadro 3.75, el 43.6% de los divorciados siempre encuentran árboles a lo largo de las calles de los barrios en que habitan, al igual que el 32.2% de los casados, 31.3% de los viudos y 28% de los solteros. El 36% de los solteros, 28.5% de los casados, 26.6% de los viudos y 23.1% de los divorciados, casi siempre cuentan con árboles a lo largo de las banquetas de las calles del barrio en que habitan, 28.1% de los viudos, 25.6% de los casados, 20.5% de quienes están divorciados y 20% de los que han permanecido solteros hasta después de los 59 años algunas veces encuentran árboles a lo largo de las calles del barrio en que viven, 12% de los solteros, 11.7% de los viudos, 11.2% de quienes están casados y 5.1% de los divorciados casi nunca los encuentran, el 7% de los divorciados, 4% de los solteros, 2.5% de los casados y 2.3% de los viudos, nunca encuentran árboles a lo largo de las calles del barrio en que viven en el Área Metropolitana de Monterrey.

Los grupos con niveles socioeconómicos bajos son quienes viven en barrios con características de menor calidad, esto incluye el hecho de que el número de árboles a lo largo de las banquetas de las calles en que habitan estas personas son los que más carecen de árboles, sin embargo dado que los que más se benefician con la presencia de las áreas verdes de los lugares en que habitan son las personas más desfavorecidas, en pro de mejorar el nivel del estado de salud de los que habitan en los mencionados barrios (Beagley J., 2016). En el Área Metropolitana de Monterrey quienes siempre encuentran árboles a lo largo de las calles en sus barrios son el 38.8 % de los obreros no calificados, el 29% de los obreros calificados y la media porcentual aproximada del 33.3% de los profesionistas independientes y funcionarios administrativos. Quienes casi siempre encuentran árboles en las calles de sus barrios son el 34.8% de los profesionistas independientes, el 16.1% de los obreros calificados y su media porcentual aproximada del 28.6% de quienes han laborado como docentes. El 33.3% de los funcionarios administrativos, el 14.3% de los docentes y su media porcentual aproximada del 24.2% de quienes han laborado como amas de casa, algunas veces encuentran árboles a lo largo de las aceras de las calles de sus barrios. El 21.4% de quienes han laborado como docentes, el 8.3% de quienes lo han hecho en su propio negocio y la media porcentual aproximada del 14.3% de quienes han sido obreros no calificados, casi nunca encuentran árboles a lo largo de las aceras de los barrios en que habitan.

Un porcentaje menor de personas, 6% de quienes han laborado como amas de casa, 0% de quienes han laborado como profesionistas independientes, obreros no calificados o docentes y la media porcentual aproximada del 3.2% de los obreros calificados, nunca encuentran árboles a lo largo de las banquetas de las calles en que habitan. De acuerdo con los datos que muestra el cuadro 3.76 de acuerdo con la actividad laboral que realizan los adultos mayores en la actualidad, el 38.6% de quienes trabajan media jornada, el 27.6% de quienes ayudan en casa a cambio de una remuneración y la media porcentual aproximada del 35.9% de quienes no trabajan en la actualidad, siempre tienen árboles a lo largo de las calles en que habitan en Monterrey.

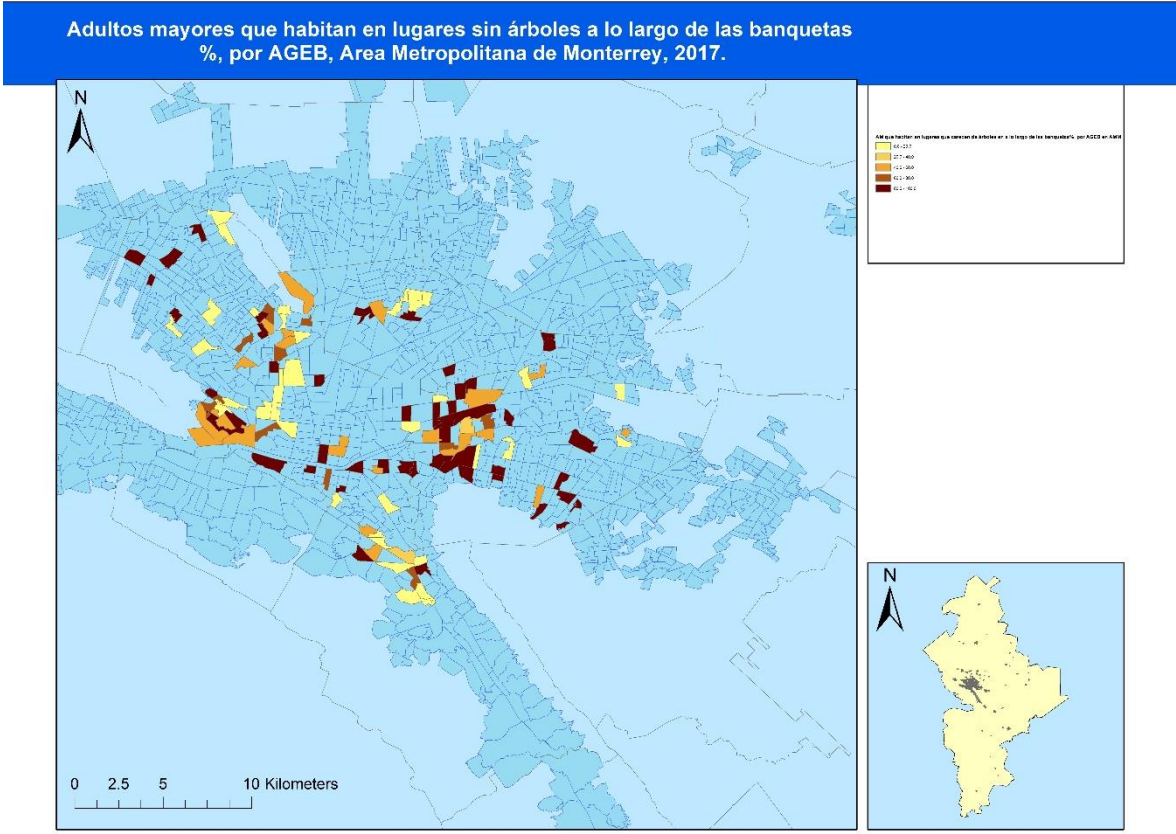
De acuerdo con los estudios de la condición socio urbana en México, existe una clara coincidencia entre el nivel de ingresos alto y la mejor calidad del equipamiento urbano de las zonas en que habitan las personas con mejores salarios (Gómez, 2000). El 34.4% de quienes atienden su propia casa, el 19.5% de quienes están pensionados y la media porcentual aproximada del 26.1% que no trabajan, casi siempre cuentan con árboles en las calles próximas al lugar en que habitan. 31.9% que laboran jornada completa, 17.5% de quienes trabajan media jornada y la media porcentual aproximada del 25.6% de quienes atienden su propia casa algunas veces se encuentran con árboles a lo largo de las aceras del barrio en que viven. Quienes casi nunca cuentan con la presencia de árboles a lo largo de las calles del barrio en que habitan son el 14.9% de quienes están pensionados, el 5.6% atienden su propia casa y la media porcentual aproximada del 10.5% que laboran media jornada casi nunca cuentan con árboles a lo largo de las calles del lugar en que viven. 5.6% de quienes atienden su propia casa, ninguno de quienes ayudan en casa por una remuneración y quienes laboran media jornada y la media porcentual aproximada del 1.4% de los que trabajan media jornada, nunca cuentan con la presencia de árboles a lo largo de las aceras de las calles del barrio en que viven (ver cuadro 3.75. y figura 3.87).

Cuadro 3.75. Hay árboles a lo largo de calles en los barrios de los mayores y su relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Hay árboles a lo largo de calles 35.13							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	1.0	11.7	25.7	26.2	35.4	100.0
	Mujer	5.1	9.8	25.6	29.1	30.3	100.0
Edad	60 a 74 años	2.8	10.6	25.8	28.6	32.3	100.0
	75 y más años	4.2	11.0	25.4	25.4	33.9	100.0
Estado civil	Casado	2.5	11.2	25.6	28.5	32.2	100.0
	Viudo	2.3	11.7	28.1	26.6	31.3	100.0
	Divorciado	7.7	5.1	20.5	23.1	43.6	100.0
	Soltero	4.0	12.0	20.0	36.0	28.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	1.2	8.3	28.6	31.0	31.0	100.0
	Profesionista independiente	0.0	10.1	21.7	34.8	33.3	100.0
	Funcionario administrativo	4.8	9.5	33.3	19.0	33.3	100.0
	Ama de casa	6.0	9.4	24.2	30.2	30.2	100.0
	Obrero calificado	3.2	19.4	32.3	16.1	29.0	100.0
	Obrero no calificado	0.0	14.3	28.6	19.0	38.1	100.0
	Docente	0.0	21.4	14.3	28.6	35.7	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	4.3	9.8	23.9	26.1	35.9	100.0
	Empleado(a) doméstico	0.0	13.8	31.0	27.6	27.6	100.0
	Labores del hogar	5.6	5.6	25.6	34.4	28.9	100.0
	Media jornada	0.0	10.5	17.5	33.3	38.6	100.0
	Jornada completa	1.4	11.6	31.9	26.1	29.0	100.0
	Pensionado	2.3	14.9	29.9	19.5	33.3	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Figura 3.87. Adultos mayores habitan en lugares con banquetas y caminos sin árboles. % por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.14. Localización de los árboles en el espacio público al aire libre

Los espacios verdes en las zonas urbanas se encuentran relacionados con el bienestar y mejor calidad de vida de los adultos mayores en las ciudades, éstos contribuyen a disminuir el estrés provocado por los ambientes construidos (Neale, 2017). La implementación de áreas verdes para pasear puede ser una alternativa económica para proporcionar buena salud a las personas que forman parte de una población con un creciente estado de envejecimiento poblacional. En Monterrey el 32% de los varones y 29.5% de las mujeres siempre cuentan con la sombra de los árboles en las calles en que caminan en las proximidades de sus barrios. 26.9% de las mujeres y 24.8% de los hombres casi siempre. El 25.7% de los varones y 25.2% de las mujeres algunas veces, 13.6% de los varones y 12% de las mujeres casi nunca. El 6.4% de las mujeres y 3.4% de los hombres nunca tienen la sombra de los árboles para resguardarse en los lugares en que caminan en sus barrios. Las diferencias porcentuales entre quienes pertenecen al primer grupo de edad, es decir, que tienen entre 60 y 74 años, y quienes pertenecen al segundo que es de 75 y más, no son significativas en este rubro: 30.7% de las personas del primer grupo de edad y 30.5% de los del segundo, siempre tienen árboles a lo largo de los caminos o aceras de sus barrios. El 28.8% de quienes pertenecen al segundo grupo de edad y 24.8% del primer grupo casi siempre. El 26.1% de los del primer grupo de edad y el 23.7% del segundo grupo algunas veces, 13.6% del segundo grupo y 12.4% del primer grupo casi nunca tienen árboles en que les dan sombra en los lugares en que caminan. Y solamente un pequeño porcentaje, el 5.6% del primer grupo y 3.4% del segundo nunca.

Se han realizado estudios proveyendo a los voluntarios de 65 y más de aparatos con detectores de la actividad cerebral (Ward, 2017) y se ha demostrado los beneficios que el estar en contacto con áreas verdes en las zonas urbanas tienen sobre las personas de la tercera edad. Siguiendo con el análisis de los datos que del cuadro 3.76., 35.9% de las personas que están divorciadas representan el mayor porcentaje de quienes siempre tienen árboles que den sombra a lo largo de las calles y caminos que existen en sus barrios, al igual que el 31% de los casados, 30.5% de los viudos y 24% de los solteros.

Los porcentajes no varían mucho entre los de 60 y más que casi siempre tienen árboles que dan sombra en las áreas en que pasean en sus barrios, 28.9% de los viudos, 28.2% de los divorciados, 28% de los solteros y con una ligera variación el 23.6% de los casados casi siempre los tienen. 27.3% de los viudos, 25.2% de los casados, 24% de quienes han permanecido solteros hasta después de los 69 años y 20.5% de quienes están divorciados, algunas veces cuentan con la sombra de los árboles a lo largo de las calles de sus barrios. Las variaciones porcentuales se acentúan más entre quienes casi nunca o nunca encuentran la sombra de los árboles en las calles próximas al lugar en que viven. 20% de los solteros, 16.1% de los casados, 7.8% de los viudos y 5.1% de los divorciados casi nunca cuentan con la sombra de los árboles en las calles del lugar en que viven. Mientras que el 7.7% de los divorciados, 5.5% de los viudos, 4.1% de los casados y 4% de los solteros nunca cuentan con la sombra de los árboles para pasear en sus barrios.

El tener contacto con espacios verdes y azules, motiva a los mayores a salir a los espacios exteriores, estimula su interacción social, además de contribuir al aumento de su actividad física, elevando las probabilidades de disminuir las enfermedades crónicas y el aislamiento de la población de 60 y más (Finlay, 2015). El 33.3% de los obreros no calificados, así como el 21.4% de quienes han laborado como docentes la mayor parte de sus vidas y la media porcentual aproximada del 29% de los obreros calificados, siempre tienen árboles que les proveen de sombra al caminar por las calles y caminos que hay en sus barrios. Por otro lado, el 35.7% de los docentes, al igual que el 12.9% de los obreros calificados y la media porcentual aproximada del 25.5% de quienes han laborado como amas de casa, casi siempre tienen árboles que les dan sombra cuando caminan en las calles próximas al lugar en que viven. Por otra parte, están quienes algunas veces tienen sombra de los árboles a lo largo de las calles de sus barrios, el 29.8% que han laborado en su propio negocio, el 14.3% que fueron obreros no calificados o docentes y la media porcentual aproximada del 21.7% de quienes han sido profesionistas independientes a lo largo de su vida laboral algunas veces tienen árboles que dan sombra en las banquetas de las calles de sus barrios. El 28.6% de los obreros no calificados, el 7.1% de quienes han laborado como funcionarios administrativos y la media porcentual aproximada del 16.1% de los obreros calificados casi nunca tienen árboles que den sombra en las calles de sus barrios.

También se observa que el 12.9% de los obreros calificados, 1.4% de los profesionistas independientes y la media porcentual aproximada del 7.1% de los docentes, nunca tienen árboles que den sombra a lo largo de las calles del barrio en que viven. El más alto porcentaje de las personas mayores que cuentan con la sombra de los árboles en los lugares para caminar en las proximidades del lugar en que habitan son el 40.4% de quienes trabajan actualmente media jornada, también 26.1% de quienes trabajan jornada completa y la media porcentual aproximada del 34.5% de quienes trabajan en casa por una remuneración siempre tienen árboles que les dan sombra en las calles de sus barrios. 31.9% de los que trabajan jornada completa, 15.8% de quienes trabajan media jornada y la media porcentual aproximada del 21.7% de quienes actualmente no trabajan, casi siempre tienen la sombra de los árboles proveyéndoles de sombra en las calles de las proximidades del barrio en que viven. También el 30.4% de quienes no trabajan, así como el 17.2% de quienes laboran en casa de manera asalariada y la media porcentual aproximada del 23% de los que están pensionados algunas veces cuentan con la sombra que dan los árboles a lo largo de las calles del lugar en que viven. El 20.7% de quienes ayudan en casa por un salario, así como el 8.9% de quienes atienden su propia casa y la media porcentual aproximada del 14.9% de quienes están pensionados, casi nunca cuentan con árboles que den sombra en las calles de sus barrios. 7.6% de quienes no trabajan, ninguno de quienes laboran media jornada y la media porcentual aproximada del 3.4% de quienes están pensionados, nunca tienen árboles que den sombra a lo largo de las calles o caminos del lugar en que habitan (ver cuadro 3.76.).

Cuadro 3.76. Los árboles dan sombra a lo largo de calles en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Los árboles dan sombra a lo largo de calles 35.14							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	3.4	13.6	25.7	24.8	32.0	100.0
	Mujer	6.4	12.0	25.2	26.9	29.5	100.0
Edad	60 a 74 años	5.6	12.4	26.1	24.8	30.7	100.0
	75 y más años	3.4	13.6	23.7	28.8	30.5	100.0
Estado civil	Casado	4.1	16.1	25.2	23.6	31.0	100.0
	Viudo	5.5	7.8	27.3	28.9	30.5	100.0
	Divorciado	7.7	5.1	20.5	28.2	35.9	100.0
	Soltero	4.0	20.0	24.0	28.0	24.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	4.8	13.1	29.8	22.6	29.8	100.0
	Profesionista independiente	1.4	8.7	21.7	34.8	31.9	100.0
	Funcionario administrativo	4.8	7.1	26.2	31.0	31.0	100.0
	Ama de casa	5.4	12.1	27.5	25.5	29.5	100.0
	Obrero calificado	12.9	16.1	29.0	12.9	29.0	100.0
	Obrero no calificado	4.8	28.6	14.3	19.0	33.3	100.0
	Docente	7.1	21.4	14.3	35.7	21.4	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	7.6	10.9	30.4	21.7	29.3	100.0
	Empleado(a) doméstico	6.9	20.7	17.2	20.7	34.5	100.0
	Labores del hogar	3.3	8.9	30.0	27.8	30.0	100.0
	Media jornada	0.0	10.5	31.6	15.8	40.4	100.0
	Jornada completa	5.8	17.4	18.8	31.9	26.1	100.0
	Pensionado	3.4	14.9	23.0	28.7	29.9	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.15. Atractividad de los vecindarios

Uno de los principales retos de la sociedad es la motivación para realizar actividades físicas o sociales, esto en los adultos mayores significa que si se presentan los motivadores adecuados en el entorno de los de 60 o más se estará propiciando el envejecimiento activo y con ellos se estará dando solución a uno de los principales problemas a que se enfrenta la sociedad en la actualidad, como lo es el envejecimiento sostenido y progresivo de la sociedad. Estos motivadores deben tener el efecto de desencadenar en los mayores el deseo de tener una vida activa y de realizar las tareas que sean necesario a fin de lograr encaminar su vida hacia las metas que quiere alcanzar. Un buen estado de salud es aquel en que no solamente se tiene salud física sino un estado de salud general, un estado de bienestar físico, psicológico y social.

Si en el barrio en que habitan los adultos mayores, existen no únicamente los lugares para realizar actividades físicas y socializar, sino los motivadores para que los adultos mayores sientan el impulso de salir a hacer uso de los espacios públicos al aire libre, de esta manera se logrará incrementar la autonomía a la vez que se logra su integración a el medio social en que se encuentran inmersos. Se deben inculcar los valores desde la niñez en torno al valor de los seres humanos y en particular para el creciente grupo de los de la tercera edad. Es necesario que las personas mayores participen en la vida política y en las instancias educativas, para de esta manera poder garantizar que su punto de vista es tomado en cuenta (IMSERSO, 2010).

Es una obligación de los dirigentes de la sociedad “reforzar la solidaridad entre las generaciones” y está demostrado que uno de los mejores medios para lograrlo es a través de la sana convivencia entre las personas que habitan en un mismo barrio, por lo que los espacios destinados a pasear en la proximidad de los barrios en que habitan los adultos mayores debe estimular el interés de los mismos, por utilizarlos con la frecuencia necesaria para ejercitarse y convivir con los miembros de la comunidad de que forman parte. En el Área Metropolitana de Monterrey, parece haber muy pocos elementos que hagan interesantes los lugares que existen para pasear en los barrios en que viven los adultos mayores. De acuerdo con lo que se muestra en la figura 3.88, menos del 30% de los adultos mayores cuentan algunas veces con cosas que hagan interesante pasear por

sus barrios y menos del 20% cuentan con ellas siempre o casi siempre. Más en detalle, los datos que arroja el cuadro 3.77, el 28.6% de los varones y el 28.2% de las mujeres algunas veces cuentan con cosas interesantes en los lugares para pasear que existen en sus barrios. 21.4% de los varones y 20.1% de las mujeres casi nunca. También el 18% de los hombres y el 17.9% de las mujeres, nunca cuentan con cosas atractivas en los lugares para pasear cerca del lugar en que habitan, un 16% de los hombres de 60 y más, 19.7% de las mujeres siempre cuentan con cosas interesantes en los lugares para pasear en sus barrios, 16% de los varones y 14.1% de las mujeres de 60 y más casi siempre encuentran algo atractivo en los lugares para pasear cerca del lugar en que residen. Ya existen ejemplos de atención a este punto, en Madrid se han establecido programas para motivar a realizar actividades físicas, que consisten en una serie de aproximadamente 6 sesiones, expuestas por especialistas en enfermería en los centros de salud (Méndez R., 2016).

Tal vez si los adultos mayores del Área Metropolitana de Monterrey tuvieran la oportunidad de acudir a este tipo de programas educativos o mejor aún si se establecieran este tipo de programas a nivel educativo para inculcar la cultura de la actividad física desde la infancia haciendo énfasis en los beneficios que conlleva mantener un sano nivel de actividad física en la tercera edad, los adultos mayores se sentirían motivados a utilizar los espacios para pasear que existen en sus barrios, aún que no existieran otros elementos motivadores para salir a pasear en dichos espacios.

Aunque está claro que el modelo de ciudad debe ser el adecuado para fomentar la actividad física, si se provee a los entornos urbanos de elementos que los hagan atractivos para la convivencia y para la actividad física, habrá mayor posibilidad de que los de la tercera edad sientan el impulso de pasear en ellos. Si dividimos el grupo de adultos de 60 y más en dos grupos, uno de 60 a 74 años y el otro de 75 y más, podemos observar en el cuadro 3.77. que el 33.9% de los del segundo grupo y 26.4% de los del primero, algunas veces encuentran cosas interesantes en los lugares para pasear en los barrios en que habitan; 20.8% del primer grupo y 20.3% del segundo, casi nunca; 19.3% de los del primer grupo de edad y 14.4% del segundo nunca; 20.3% de quienes forman parte del segundo grupo y 17.1% del primero, siempre encuentran este tipo de elementos en el entorno de los espacios públicos al aire libre en los barrios en que viven.

Asimismo, 16.5% del primer grupo y 11% del segundo casi siempre encuentran elementos interesantes en los espacios que existen para pasear cerca del lugar en que habitan. Desde el estado civil, en el cuadro 3.77 quienes siempre encuentran elementos interesantes en el entorno de sus barrios son: 23.1% de los divorciados, 19% de los casados, 16.4% de quienes enviudaron y el 8% de los solteros. Por otra parte, el 20.5% de los divorciados, 15.6% de los viudos, 14.5% de los casados y 8% de los solteros, casi siempre encuentran algo interesante al pasear cerca de su hogar. El 28.1% de los casados y los viudos, el 28% de los solteros y el 30.8% de los divorciados, reconocen distractores en el entorno para pasear en sus barrios. Casi nunca el 22.7% de los viudos, el 36% de los solteros y el 19.8% de los casados. Y quienes nunca encuentran algo que les interese al pasear en sus barrios son el 20% de los solteros, 18.6% de los casados, 17.2% de los viudos y 15.4% de los divorciados.

La OMS (2009) define una Ciudad Saludable como una ciudad que *“favorece y facilita la salud, recreación y bienestar, interacción social, movilidad y el sentido de orgullo e identidad cultural y... se adapta a las necesidades de todos sus ciudadanos”*. Así que, en una ciudad como el Área Metropolitana de Monterrey, se debe crear, implementar y dar un seguimiento adecuado a programas que faciliten y favorezcan la actividad física de sus ciudadanos, sin importar su categoría sociocultural o socioeconómica.

En Monterrey, el 29.8% de quienes han laborado la mayor parte de sus vidas en su propio negocio, algunas veces encuentran cosas interesantes al pasear por sus barrios, 9.5% de ellos casi siempre, y la media porcentual aproximada del 19% nunca las encuentran. De los que han laborado como profesionistas independientes, 26.1% algunas veces tienen cosas interesantes con que contar cuando pasean en sus barrios, 14.5% nunca y la media porcentual aproximada del 24.6% siempre las tienen. El 35.7% de quienes han sido funcionarios administrativos durante su vida laboral también algunas veces encuentran cosas interesantes cuando pasean por sus barrios, un porcentaje muy pequeño, el 7.1% nunca las encuentran y la media porcentual aproximada del 19% de ellos siempre las tienen al alcance en los barrios en que vive. De las personas que han laborado como amas de casa la mayor parte de sus vidas, 27.5% algunas veces tienen algo interesante que ver en las proximidades de los lugares para pasear en existen en sus barrios, 12.1% de ellas casi siempre, y la media porcentual aproximada del 18.8% siempre o nunca

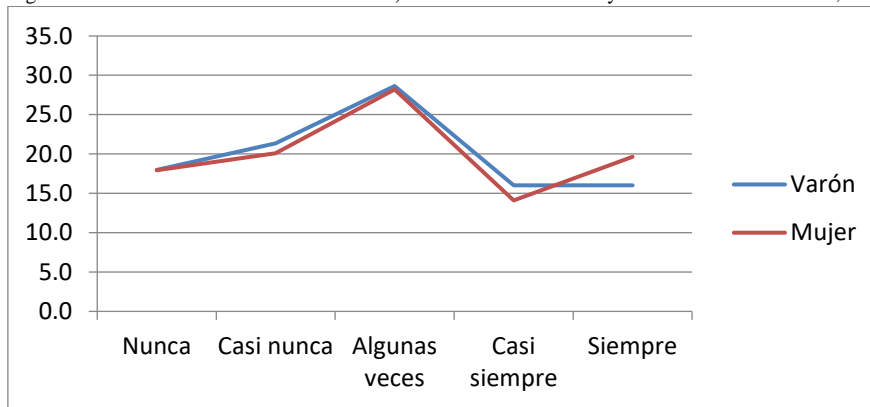
cuentan con ellos. De los que han laborado como obreros calificados 35.5% algunas veces los tienen, 9.7% de ellos nunca y la media porcentual del 22.6% nunca tienen elementos interesantes al pasear cerca del lugar en que habitan.

Los obreros calificados son quienes poseen el mayor porcentaje, 33% de quienes nunca los tienen; ninguno de ellos tiene siempre algo que despierte su interés al pasear por su barrio; y la media porcentual aproximada del 19% algunas veces tienen algo interesante en sus barrios. Los que han laborado como docentes la mayor parte de sus vidas, 35.7% algunas veces tienen cosas interesantes al pasear en sus barrios, ninguno de ellos siempre lo tienen y la media porcentual aproximada del 14.3% nunca encuentran algo interesante cuando pasean en sus barrios.

Aproximadamente el 9% de las muertes prematuras en el mundo son ocasionadas por la inactividad física siendo el principal problema de salud pública del siglo XXI. Es conocido que la actividad física es uno de los mejores medios para reducir el costo público de las instituciones sanitarias (Jiménez, 2016). De las personas que no trabajan en la actualidad el 23.9% nunca encuentran cosas que hagan atractivo pasear cerca de casa, el 16.3% siempre encuentran algo estimulante al pasear en los alrededores de su hogar, y la media porcentual aproximada de 19.6% que casi nunca tienen algo que los motive a pasear cerca de su hogar.

De las personas que en la actualidad ayudan en casa por una remuneración 24.1% algunas veces encuentran cosas interesantes en los lugares para pasear que existen en su barrio, el 13.8% siempre o nunca algunas veces las encuentran. De quienes en la actualidad se dedican a atender su propia casa el 31.1% algunas veces encuentra cosas interesantes al pasear por su barrio, 13.3% casi siempre o nunca las tienen. De las personas de 60 o más que laboran media jornada, el 29.8% siempre o algunas veces encuentran elementos interesantes al pasear por sus barrios, el 10.5% nunca las encuentran. En cuanto a quienes laboran actualmente jornada completa, el 30.4% algunas veces encuentran cosas interesantes, 13% casi siempre o siempre las encuentran y la media porcentual aproximada del 20.3% nunca. Respecto a las personas que en la actualidad están pensionados, 28.7% algunas veces encuentran elementos motivadores en los paseos por su barrio, 14.9% casi siempre y la media porcentual del 21.8% de quienes están pensionados nunca (ver cuadro 3.77.).

Figura 3.88. Existencia de cosas interesantes, en los barrios de los mayores de acuerdo a su sexo, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

Cuadro 3.77. Existencia de cosas interesantes, en los barrios de los mayores en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Hay cosas interesantes que ver al caminar 35.15							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	18.0	21.4	28.6	16.0	16.0	100.0
	Mujer	17.9	20.1	28.2	14.1	19.7	100.0
Edad	60 a 74 años	19.3	20.8	26.4	16.5	17.1	100.0
	75 y más años	14.4	20.3	33.9	11.0	20.3	100.0
Estado civil	Casado	18.6	19.8	28.1	14.5	19.0	100.0
	Viudo	17.2	22.7	28.1	15.6	16.4	100.0
	Divorciado	15.4	10.3	30.8	20.5	23.1	100.0
	Soltero	20.0	36.0	28.0	8.0	8.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	19.0	23.8	29.8	9.5	17.9	100.0
	Profesionista independiente	14.5	17.4	26.1	17.4	24.6	100.0
	Funcionario administrativo	7.1	11.9	35.7	26.2	19.0	100.0
	Ama de casa	18.8	22.8	27.5	12.1	18.8	100.0
	Obrero calificado	22.6	16.1	35.5	9.7	16.1	100.0
	Obrero no calificado	33.3	23.8	19.0	23.8	0.0	100.0
	Docente	14.3	28.6	35.7	21.4	0.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	23.9	19.6	22.8	17.4	16.3	100.0
	Empleado(a) doméstico	13.8	27.6	24.1	20.7	13.8	100.0
	Labores del hogar	13.3	25.6	31.1	13.3	16.7	100.0
	Media jornada	10.5	12.3	29.8	17.5	29.8	100.0
	Jornada completa	20.3	23.2	30.4	13.0	13.0	100.0
	Pensionado	21.8	17.2	28.7	14.9	17.2	100.0
		21.8	17.2	28.7	14.9	17.2	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.16. Limpieza en los barrios

Lobo en: Guía Dots para Comunidades Urbanas (CTS Embarq. México), explica que deben existir en los barrios de México en general y del Área Metropolitana de Monterrey en lo particular al menos un contenedor diseñado para compostaje y reciclaje al menos en cada intersección y frente a cada equipamiento público o comercio. Respecto a la presencia de basura en sus barrios, los de 60 y más: el 30.1% de los varones y 26.9% de las mujeres opinan que las calles de sus barrios algunas veces están libres de basura, 26.2% de los varones y 24.4% de las mujeres que casi siempre, 24.3% de los varones y 26.5% de las mujeres, opinan que casi siempre. Por otro lado, el 12.6% de los varones y 13.2% de las mujeres, viven en vecindarios en que casi nunca se ven las calles libres de basura y el 6.8% de los varones y 9% de las mujeres, opinan que nunca están libres de basura los barrios en que habitan. Desde el enfoque de la edad de los adultos mayores, si se clasifica en dos grupos de edad, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más, existe mucha similitud con los datos arrojados por el mismo cuadro 3.78., de esta forma no existe mucha diferencia con los resultados arrojados desde el enfoque de la clasificación por sexo. La mayor parte de ambos grupos de edad, manifiestan que algunas veces existe basura en sus barrios, el 33.1% de los de 75 y más y el 26.7% de los del primer grupo lo manifestaron así, el 24.8% del primer grupo y el 27.1% del segundo, siempre encuentran basura en las calles de su barrio. 25.5% del primer grupo y 24.6% del segundo, casi siempre la encuentran.

Los grupos que manifestaron en menor porcentaje el tener basura en las calles del lugar en que habitan fueron el 14.3% del primer grupo y el 9.3% del segundo. Por último, quienes nunca encuentran basura al pasear por las aceras de sus barrios son el 8.7% de los del primer grupo y el 5.9% del segundo grupo. De acuerdo con los datos mostrados por el mismo cuadro 3.78., quienes tienen mayor problema de presencia de basura en las banquetas de su barrio, son quienes están divorciados y quienes menos son los solteros. El 30.8% de los divorciados, el 26.9% de los casados, el 24% de los solteros y el 21.9% de los viudos, siempre encuentran basura en las calles del barrio en que viven. Los que casi siempre encuentran basura en los lugares en que habitan son el 33.3% de los divorciados, 27.3% de los viudos, el 23.6% de los casados y el 16% de los solteros. El 30.2% de los casados, el 28.2% de los divorciados, 26.6% de quienes han quedado viudos

y el 20% de los solteros, algunas veces la encuentran. Además 28% solteros, 16.4% viudos, 11.2% casados y el 5.1% de los divorciados, casi nunca. 12% de quienes han permanecido solteros hasta después de los 59, 8.3% de los casados, 7.8% de los viudos y 2.6% de los divorciados nunca encuentran basura en las banquetas de las calles de sus barrios.

La población, de la estructura productiva originada en el capitalismo, tiene como resultado el rompimiento del ciclo natural que debe existir entre el hombre y el planeta en que vive, esto tiene como consecuencia la alteración de los ecosistemas en que tanto los desechos generados por las actividades productivas, como los generados por la aglomeración humana han roto con ese equilibrio metabólico que debe existir entre el Hombre y la tierra (Ochoa, 2014). Existen zonas cuyo daño debido a la presencia de basura es más grave, estas zonas son las aledañas a los tiraderos de basura, de hecho, se crean las llamadas *sociedades de la basura*, que se crean a partir del comercio informal de los desechos tóxicos. Una vez más: entre mejores ingresos, mejor infraestructura urbana de los miembros de la sociedad que habitan. Los que más se quejan de la continua presencia de basura en las calles de sus barrios y opinan que siempre existe basura son el 38.7% de los obreros no calificados, así como el 7.1% de los docentes y la media porcentual aproximada del 23.5% de las amas de casa. El 50% que han ejercido como docentes la mayor parte de su vida laboral casi siempre encuentran basura en las calles de sus barrios al igual que el 16.1% de los obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 36.2% de los obreros calificados algunas veces encuentran basura en los barrios en que viven. El 16.7% de los que han tenido negocio propio, el 5.8% de los profesionistas independientes y la media porcentual aproximada del 10.7% de quienes siempre han tenido negocio propio casi nunca tienen basura en las aceras de los barrios en que habitan. El 10.7% de las personas que han laborado en sus propios negocios la mayor parte de sus vidas, el 3.2% de los obreros calificados y la media porcentual aproximada del 7.2% de los profesionistas independientes nunca encuentran basura que obstaculice las banquetas de las proximidades del barrio en que habitan.

Respecto a la presencia de basura en los barrios de las personas mayores en relación con su situación laboral actual, 31.6% de quienes laboran media jornada, 14.5% que trabajan jornada completa y la media porcentual aproximada del 24.1% de los que ayudan en casa por una remuneración, tienen la presencia continua de basura en las calles del

lugar en que habitan. El 34.5% de estos últimos, el 18.9% de quienes atienden su propia casa y la media porcentual aproximada del 26.4 % de quienes están pensionados, casi siempre. El 31.1% de los que atienden su propia casa, el 24.1% de los que ayudan en casa por una remuneración y la media porcentual del 27.6% de los que están pensionados algunas veces tienen que lidiar con la presencia de basura en las calles de sus barrios. En cuanto a quienes casi nunca tienen problemas con la basura en sus barrios, el 15.6% de quienes atienden su propia casa, el 10.3% de los pensionados y de quienes ayudan en casa por una remuneración casi nunca tienen problemas por la presencia de basura en las calles del lugar en que habitan. El 10.1% que laboran jornada completa, el 5.3% media jornada y la media porcentual aproximada del 7.6% que no traban, son quienes nunca tienen problema con la basura en las banquetas de sus barrios (ver cuadro 3.78.).

Cuadro 3.78. Existencia de vecindarios libre de basura, en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Mi vecindario está libre de basura 35.16							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	6.8	12.6	30.1	26.2	24.3	100.0
	Mujer	9.0	13.2	26.9	24.4	26.5	100.0
Edad	60 a 74 años	8.7	14.3	26.7	25.5	24.8	100.0
	75 y más años	5.9	9.3	33.1	24.6	27.1	100.0
Estado civil	Casado	8.3	11.2	30.2	23.6	26.9	100.0
	Viudo	7.8	16.4	26.6	27.3	21.9	100.0
	Divorciado	2.6	5.1	28.2	33.3	30.8	100.0
	Soltero	12.0	28.0	20.0	16.0	24.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	10.7	16.7	29.8	21.4	21.4	100.0
	Profesionista independiente	7.2	5.8	30.4	36.2	20.3	100.0
	Funcionario administrativo	4.8	11.9	23.8	21.4	38.1	100.0
	Ama de casa	7.4	16.1	29.5	23.5	23.5	100.0
	Obrero calificado	3.2	9.7	32.3	16.1	38.7	100.0
	Obrero no calificado	9.5	23.8	19.0	28.6	19.0	100.0
	Docente	7.1	7.1	28.6	50.0	7.1	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	7.6	15.2	27.2	23.9	26.1	100.0
	Empleado(a) doméstico	6.9	10.3	24.1	34.5	24.1	100.0
	Labores del hogar	6.7	15.6	31.1	18.9	27.8	100.0
	Media jornada	5.3	10.5	29.8	22.8	31.6	100.0
	Jornada completa	10.1	11.6	30.4	33.3	14.5	100.0
	Pensionado	6.9	10.3	27.6	26.4	28.7	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.17. Solidaridad de los vecinos

El Aislamiento Social es la causa de muchos de los más grandes problemas a que se enfrentan las personas de la tercera edad. Al aislar a los adultos mayores o a cualquier otro miembro de la sociedad del entorno del que forma parte, se inicia una cadena que acentúa la propensión al deterioro propio de la tercera edad. Al estar aislados los mayores se sedentarizan desencadenando una serie de padecimientos físicos, que van desde la pérdida de las capacidades motrices hasta los problemas circulatorios y cardiovasculares, por otro lado, ante el aislamiento social y no únicamente se refiere a la reclusión en el hogar, sino al aislamiento social que se presenta aún al estar inmerso en el grupo social, ante el rechazo que los de la tercera edad sufren del resto de los miembros de la sociedad, se desencadena inevitablemente la pérdida de la autoestima y la depresión, mismas que desarrollan una serie de problemas mentales y en consecuencia otros padecimientos físicos en los de 60 y más. El nivel de tolerancia percibido por los adultos mayores tanto en el hogar como en el entorno de los espacios públicos al aire libre en que se desenvuelven forman parte fundamental del bienestar psicológico de los mayores. La protección individual percibida por los de 60 y más en el medio social en que se encuentran inmersos, las oportunidades de desarrollo cultural sostenido aún en la tercera edad, el desempeño laboral favorable, y la adecuación a los cambios que la modernidad presenta, determinan en lo particular o por separado el bienestar de los ancianos. (Veenhoven, 1994).

Menos del 35% de los mayores perciben apoyo completo de parte de la sociedad en que se encuentran inmersos en la ciudad de Monterrey, el 34.2% de las mujeres y el 28.2% de los varones siempre sienten el apoyo de sus vecinos en el barrio en que residen, 23.1% de las mujeres y 27.7% de los hombres, casi siempre lo perciben, 33% de los varones y 28.6% de las mujeres solo algunas veces, 9.2% de los hombres y 7.7% de las mujeres casi nunca, el 1.9% de los varones y el 6.4% de las mujeres nunca se sienten apoyados por sus vecinos. Desde el punto de vista de la edad de los de la tercera edad y dividiendo a la población de 60 y más en dos grupos de edad, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más, los resultados de acuerdo a lo que muestra el cuadro 3.79 el primer grupo de edad, 30.7% siempre se sienten apoyados por las personas que encuentran en sus vecindarios, 4.3% nunca, el 32.6% piensan que algunas veces reciben apoyo, de ser

necesario de parte de las personas que habitan en su vecindario, 7.8% casi nunca lo perciben así y el 24.5% casi siempre.

En cuanto a los de 75 y más, 33.1% piensan que si necesitan apoyo siempre pueden recibirlo de las personas que encuentran en su vecindario, 4.2% creen que nunca lo recibirían, 25.4% creen que algunas veces podrían recibir dicho apoyo, 27.1% que casi siempre lo recibirían y el 10.2% casi nunca. Las personas que están divorciadas son quienes menos perciben ayuda de las personas que forman parte de su entorno social. Aquellos que siempre perciben apoyo de las personas que los rodean en el barrio en que viven son el 34.4% de los viudos, el 31.4% de los casados, 25.6% de los divorciados y el 20% de los solteros. Los que casi siempre podrían obtener apoyo de sus vecinos son el 32% de los solteros, 30.8% de los divorciados, 25% de los viudos y 24% de quienes están casados.

También el 32% de los solteros, el 28.1% de los viudos, el 34.3% de los casados y el 20.5% de los divorciados algunas veces recibirían auxilio por parte de las personas que encuentran en el entorno de los barrios en que habitan. 12% de quienes están solteros después de los 59 años, 10.3% de los divorciados, 10.2% viudos y el 7% casados, casi nunca reciben ayuda si la necesitan de parte de las personas que se encuentran en el entorno de los barrios en que viven. El 12.8% de los divorciados considera que nunca recibirían ayuda de las personas de su barrio si lo necesitaran, al igual que el 4% de los solteros, 3.3% de quienes están casados y 2.3% de los viudos (ver cuadro 3.79.).

Existe relación significativa entre el bienestar de los mayores y su capacidad de valerse por sí mismos. El grado de cultura que hayan adquirido a través de la vida es otro de los determinantes de su bienestar, así como la posibilidad de tener un desarrollo cultural sostenido durante la tercera edad. Estos elementos están más relacionados con la salud integral de los adultos mayores que sus condiciones sociodemográficas (Carmona, 2009). Quienes nunca reciben un trato amable y auxilio en caso de ser necesario por parte de las personas que habitan en su barrio son el 9.5% de los obreros no calificados, ninguno de los que han laborado como docentes a lo largo de sus vidas y la media porcentual aproximada del 4.7% de quienes lo han hecho como amas de casa.

Los que casi nunca reciben el trato amable y la ayuda de sus vecinos son el 14.3% de los obreros no calificados y los docentes, el 5.8% de los profesionistas independientes y la media porcentual aproximada del 9.5% de los que han sido funcionarios administrativos. La mayor parte de la población de adultos mayores en la ciudad de Monterrey piensa que solo algunas veces reciben ayuda en caso necesaria de parte de sus vecinos, 40.6% de quienes han sido profesionistas independientes y el 23.8% de los que han sido funcionarios administrativos. El 35.7% de los docentes, el 9.5% de los obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 24.2% de las amas de casa casi siempre reciben ayuda en caso necesario de parte de las personas que se encuentran en el entorno de sus vecindarios. 35.5% de los obreros calificados, 21.4% de quienes han ejercido como docentes y la media porcentual aproximada del 28.6% de los obreros no calificados y los funcionarios administrativos, son quienes piensan que de necesitar ayuda de sus vecinos la recibirían (ver cuadro 3.79.).

Cuando los adultos mayores se sienten incluidos, cuando al ir por las calles del lugar en que habitan encuentran un tráfico vehicular que les permite circular con seguridad, cuando las calles están pavimentadas de tal manera que no estén inundadas cuando llueve, que la textura de la calle, sobre todo en los cruces peatonales sea antiderrapante y posea una textura tal que les permita transitar con andadores o silla de ruedas cuando la configuración y dimensiones del cordón de las banquetas no les impide acceder a ellas con comodidad, de manera que los mayores pueden desenvolverse en ellas sintiéndose cómodos. Cuando el ritmo vehicular y el tráfico humano está en posición de adecuarse a las características físicas, cognitivas y mentales de las personas de la tercera edad, cuando las autoridades han hecho todo lo posible para poner al alcance de los de 60 y más los medios adecuados para que las personas de la tercera edad puedan integrarse a los cambios tecnológicos, los cambios en las estructuras familiar y social, para que de esta forma que se pueden desenvolver de manera eficaz y útil, les será posible continuar desarrollando sus capacidades y un estado adecuado de salud que propicie su bienestar personal (Vivaldi, 2012).

En Monterrey y su Área Metropolitana, 36.8% de los que están pensionados, 17.2% de quienes laboran por una remuneración trabajando en casas y la media porcentual aproximada del 28.1% de quienes laboran media jornada, son quienes siempre sienten que en su barrio las personas son amables con ellos y que les prestan ayuda cuando lo

necesitan. El 29% de quienes trabajan jornada completa, el 23% de los pensionados y la media porcentual aproximada del 25.6% de quienes atienden su propia casa, casi siempre sienten que esto sucede. Quienes algunas veces sienten que las personas de sus barrios son amables con ellos y que de ser necesario le brindarían ayuda, son el 41.4% de quienes ayudan en casas por una remuneración, cabe mencionar que estas personas son generalmente mujeres. Por otra parte, el 12.3% de las personas que laboran media jornada, el 3.4% de quienes ayudan en casa por una remuneración y las medias porcentual aproximada del 6.7% que atienden su propia casa o laboran jornada completa sienten que casi nunca son amables con ellos en sus vecindarios. El 10.3% de aquellos que ayudan en casa por un salario, el 2.2% de los que no trabajan y la media porcentual aproximada del 4.4% de quienes laboran atendiendo su propia casa piensan que las personas en sus barrios no son amables con ellos y que de necesitar ayuda no se las brindarían (ver cuadro 3.79.).

Cuadro 3.79. Solidaridad de los vecinos en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey 2017

Las personas brindan auxilio y son amables en mi barrio 35.17							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	1.9	9.2	33.0	27.7	28.2	100.0
	Mujer	6.4	7.7	28.6	23.1	34.2	100.0
Edad	60 a 74 años	4.3	7.8	32.6	24.5	30.7	100.0
	75 y más años	4.2	10.2	25.4	27.1	33.1	100.0
Estado civil	Casado	3.3	7.0	34.3	24.0	31.4	100.0
	Viudo	2.3	10.2	28.1	25.0	34.4	100.0
	Divorciado	12.8	10.3	20.5	30.8	25.6	100.0
	Soltero	4.0	12.0	32.0	32.0	20.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	1.2	9.5	27.4	27.4	34.5	100.0
	Profesionista independiente	4.3	5.8	40.6	26.1	23.2	100.0
	Funcionario administrativo	4.8	9.5	23.8	33.3	28.6	100.0
	Ama de casa	4.7	8.7	29.5	24.2	32.9	100.0
	Obrero calificado	3.2	6.5	38.7	16.1	35.5	100.0
	Obrero no calificado	9.5	14.3	38.1	9.5	28.6	100.0
	Docente	0.0	14.3	28.6	35.7	21.4	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	2.2	12.0	32.6	23.9	29.3	100.0
	Empleado(a) doméstico	10.3	3.4	41.4	27.6	17.2	100.0
	Labores del hogar	4.4	6.7	26.7	25.6	36.7	100.0
	Media jornada	3.5	12.3	28.1	28.1	28.1	100.0
	Jornada completa	4.3	8.7	29.0	29.0	29.0	100.0
	Pensionado	3.4	5.7	31.0	23.0	36.8	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.18. Atractivos naturales en los barrios

Desde tiempos inmemoriales los arquitectos, urbanistas y aquellos que trabajan con la salud de los seres humanos han utilizado de diversas maneras los elementos que ofrece la naturaleza, con pleno conocimiento de los beneficios que la interacción de los elementos naturales y seres humanos reportan para estos últimos. Desde hace siglos se han utilizado los aromas de las plantas, el sonido del agua, el frescor que la misma para propiciar la salud mental, dar placer a las personas y para utilizarlos como puntos de atracción que propician la interacción social (Wen, 2018). En el Área Metropolitana de Monterrey los recursos naturales han sido desaprovechados e inclusive han sido anulados o eliminados del entorno urbano.

De acuerdo con los datos que arroja el cuadro 68 y la gráfica 64, Se observa que únicamente alrededor del 25% de los adultos mayores de Monterrey algunas veces cuentan con elementos naturales en los espacios abiertos de sus barrios, solo el 20% de la población de 60 y más siempre o casi siempre cuentan con elementos naturales en sus barrios. Dados los beneficios que este tipo de elementos reporta a los seres humanos y el continuo y progresivo envejecimiento poblacional, debería ser un foco de atención prioritario para quienes tienen a su cargo el propiciar el bienestar de la población a través de la constitución física del entorno urbano.

El cuadro 3.80. y la figura 3.89 refleja que únicamente el 17.1% de las mujeres y el 13.6% de los varones siempre cuentan con elementos naturales en los espacios abiertos de sus barrios, el 21.8% de los varones y el 16.7% de las mujeres casi siempre cuentan con ellos, el 26.7% de los varones y el 25.2% de las mujeres, casi siempre cuentan con este tipo de elementos en el entorno de los lugares en que habitan, el 22.8% de los varones y el 21.4% de las mujeres casi nunca encuentran elementos naturales que hagan atractivo el barrio en que viven, el 19.7% de las mujeres y el 15% de los hombres, nunca encuentran este tipo de elementos en el entorno de los lugares para pasear que existen en la proximidad del lugar en que habitan.

Desde el enfoque de la diferencia de edad de los adultos mayores, siendo el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más, de acuerdo con los datos que muestra el cuadro 3.80, no existe una diferencia significativa entre la presencia de elementos naturales

atractivos que existen en los barrios de quienes pertenecen al primer grupo y quienes pertenecen al segundo. Con más detalle, únicamente el 19.5% de los de 75 y más y el 14% que componen el primer grupo siempre cuentan con elementos naturales en los alrededores del barrio en que viven. El 19.6% de los del primer grupo y el 17.8% de los del segundo casi siempre pueden ver estos elementos como parte de los atractivos que existen en el entorno de las calles de sus barrios. Un porcentaje mayor, el 27% del primer grupo y el 22.9% de quienes forman parte del segundo, algunas veces encuentran elementos naturales en las calles de sus barrios. El 22.9% de los del segundo grupo y el 21.7% del primero, casi nunca, 17.7% de los del primer grupo de edad y 16.9% de los del segundo nunca encuentran elementos naturales que hagan más atractivo el entorno urbano de los espacios públicos abiertos del lugar en que viven (ver cuadro 3.80.).

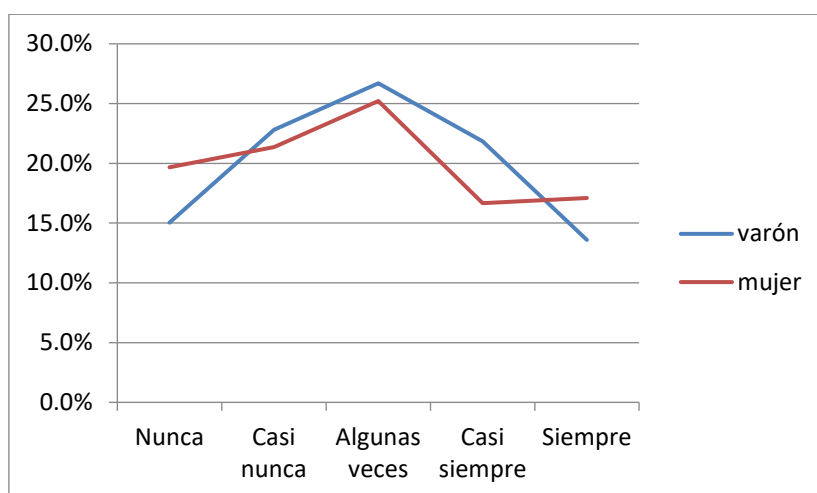
Los beneficios de pasear por el parque van mucho más allá del beneficio relacionado a la condición física de los mayores. El contacto con la naturaleza tranquiliza a los de la tercera edad, reduciendo el nivel de estrés provocado por la pérdida o enfermedad de sus amigos o familiares. Esto puede llevar a los mayores a la depresión e incluso al suicidio, una de los problemas que los mayores reporta es el del aislamiento, caminar en el parque puede ser una buena ocasión para huir del aburrimiento o de la soledad, estas son algunas de las buenas razones por las que las autoridades deben procurar que existan parques bien acondicionados para las necesidades de los mayores en la proximidad de los lugares en que estas personas habitan, ya que otro de los argumentos de los mayores para no asistir a los parques es la distancia excesiva que tienen que recorrer para llegar a ellos, (Hung, 2006).

Por tanto, proveer de atractivos naturales a los parques se en los barrios de los mayores, no únicamente de aquellos de altos niveles económicos, que muchas veces tienen otras formas de distraerse, sino en los parques de los barrios de aquellos que más se benefician de ellos, que son aquellos que no poseen otros medios para distraerse. Desde la perspectiva del estado civil de los mayores, de acuerdo con el cuadro 3.80., el 20.5% de los divorciados, el 18% de los viudos, el 14.9% de los casados y ningunos de los solteros siempre encuentran atractivos naturales en los parques de sus barrios, 20% de los solteros, 19.8% de los casados, 18.8% de los viudos y el 17.9% de los divorciados, casi siempre tienen este tipo de atractivos en los parques que visitan en sus barrios.

Por otra parte, el 32% de los solteros, 30.8% de los divorciados, 26% de los casados y el 22.7% de los viudos algunas veces cuentan con elementos naturales en los lugares para pasear que existen en sus barrios. 28% de los solteros, 24% de los casados, 22.7% de los viudos y únicamente el 5.1% de los divorciados casi nunca encuentran elementos naturales en los lugares para pasear que existen en sus barrios. Por otro lado, el 25.6% de quienes están divorciados, el 15.3% de quienes están casados y el 18% de los viudos nunca los encuentran (ver cuadro 3.80.). Si se analiza la información que muestra el cuadro 3.80., el 20.3% de los profesionistas independientes, el 7.1% de quienes han sido docentes y la media porcentual aproximada del 14.3% de quienes han tenido negocio propio, siempre encuentran atractivos naturales en los lugares destinados a pasear en sus barrios. Asimismo, el 28.6% de quienes han laborado como docentes, ninguno de quienes han sido obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 18.1% de quienes han laborado como amas de casa, algunas veces encuentran atractivos naturales en las proximidades del barrio en que habitan. El 33.3% de los obreros no calificados, el 9.5% de los que han sido funcionarios administrativos y la media porcentual aproximada del 23.5% de quienes han sido amas de casa, casi nunca encuentran atractivos naturales en el lugar en que habitan.

También el 22.8% que no trabajan, el 10.3% de quienes ayudan en casa por una remuneración y la media porcentual aproximada del 18.8% que después de los 59 siguen labrando jornada completa nunca encuentran atractivos naturales en las proximidades del lugar en que habitan, el 23% de los pensionados, 14.5% de aquellos que trabajan jornada completa y la media porcentual aproximada del 19.6% de quienes no laboran casi nunca tienen elementos naturales que les parezcan atractivos en los alrededores de sus hogares, el 34.8% de los que trabajan jornada completa, el 20.7% de quienes ayudan en casa por una remuneración y la media porcentual aproximada del 28.1% de quienes laboran media jornada algunas veces cuentan con este tipo de atractivos en el barrio en que viven. 27.6% de los que ayudan en casas por una remuneración. Frente al cuadro 3.80, el 16.7% de quienes atienden su propia casa y la media porcentual aproximada del 21.7% que no trabajan, casi siempre cuentan con atractivos naturales en los alrededores de sus hogares, el 24.1% de quienes ayudan en casa por una remuneración, el 13% de los que trabajan jornada completa y la media porcentual aproximada del 19.3% de quienes trabajan media jornada siempre encuentran elementos de la naturaleza que hacen atractivo el pasear en los parques y caminos de sus barrios (ver cuadro 3.80. y la figura 3.90.).

Figura 3.89. Atractivos naturales, en los barrios de los mayores, en relación a su sexo, Monterrey, 2017



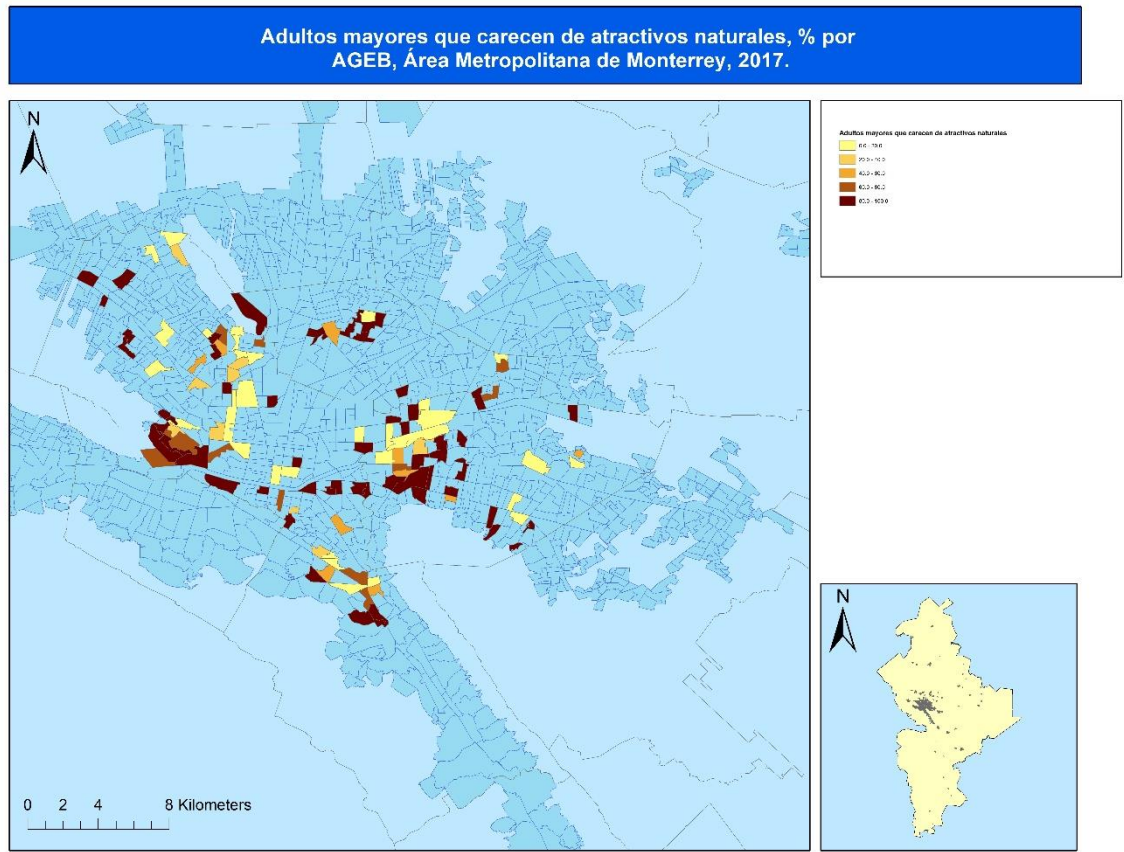
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora

Cuadro 3.80. Atractivos naturales en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

		Hay muchos atractivos naturales en mi barrio 35.18					
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	15.0	22.8	26.7	21.8	13.6	100.0
	Mujer	19.7	21.4	25.2	16.7	17.1	100.0
Edad	60 a 74 años	17.7	21.7	27.0	19.6	14.0	100.0
	75 y más años	16.9	22.9	22.9	17.8	19.5	100.0
Estado civil	Casado	15.3	24.0	26.0	19.8	14.9	100.0
	Viudo	18.0	22.7	22.7	18.8	18.0	100.0
	Divorciado	25.6	5.1	30.8	17.9	20.5	100.0
	Soltero	20.0	28.0	32.0	20.0	0.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	16.7	26.2	27.4	15.5	14.3	100.0
	Profesionista independiente	8.7	17.4	26.1	27.5	20.3	100.0
	Funcionario administrativo	4.8	9.5	38.1	31.0	16.7	100.0
	Ama de casa	22.8	23.5	21.5	18.1	14.1	100.0
	Obrero calificado	19.4	29.0	25.8	16.1	9.7	100.0
	Obrero no calificado	23.8	33.3	23.8	0.0	19.0	100.0
	Docente	14.3	28.6	21.4	28.6	7.1	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	22.8	19.6	21.7	21.7	14.1	100.0
	Empleado(a) doméstico	10.3	17.2	20.7	27.6	24.1	100.0
	Labores del hogar	12.2	27.8	26.7	16.7	16.7	100.0
	Media jornada	10.5	22.8	28.1	19.3	19.3	100.0
	Jornada completa	18.8	14.5	34.8	18.8	13.0	100.0
	Pensionado	20.7	23.0	25.3	17.2	13.8	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

Figura 3.90. Adultos mayores habitan en lugares sin atractivos naturales. Porcentajes por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

7.19. Paisajes atractivos en los barrios de los mayores

El diseño del paisaje puede ser uno de los principales motores para lograr mitigar el sedentarismo de las personas, en el Área Metropolitana de Monterrey el sedentarismo, es un grave problema, es uno de los grandes generadores de las enfermedades que se recrudecerán al llegar a la tercera edad, el vecindario puede ser para las adultos mayores el lugar en que se conecta con el resto de la sociedad y este puede ser uno de los más grandes motivadores para caminar y pasear en ellos, si los espacios públicos al aire libre de los vecindarios resultan caminables y atractivos para los vecinos, esto redundará en beneficios para todas las instancia de la sociedad, ya que se reducirán los costos sanitarios, se incrementará la tan necesaria cohesión social, de manera que se reduzca la delincuencia (Blackman, 2006).

En los barrios de la ciudad de Monterrey, el atractivo visual se ha descuidado con excepción de aquellos en que los habitantes tienen ingresos elevados. De acuerdo con los datos del cuadro 3.81 solamente el 19.9% de las mujeres y el 18.9% de los varones mayores de 59 siempre tienen paisajes atractivos en sus barrios, 20% de las mujeres y 17% de los hombres, casi siempre los tienen, los mayores porcentajes son únicamente el 26.7% de los varones y el 23.5% de las mujeres que dicen que algunas veces encuentran paisajes atractivos en sus barrios, 25.7% de los varones y 17.5% de las mujeres casi nunca se encuentran con paisajes atractivos en sus barrios, 19.2% de las mujeres y 11.7% de los hombres nunca los encuentran.

No existe una diferencia significativa entre la opinión de las personas que pertenecen al primer grupo de edad que es de 60 a 74 años y quienes pertenecen al segundo que es de 75 y más, el 21.2% de los que pertenecen al segundo grupo y el 18.6% de quienes pertenecen al primero siempre encuentran paisajes atractivos en sus barrios, el 18.6% tanto de los varones como de las mujeres casi siempre encuentran este tipo de paisajes en los alrededores del lugar en que habitan, 28% de quienes pertenecen al segundo grupo y 23.9% de quienes pertenecen al primero algunas veces encuentran paisajes atractivos en sus vecindarios, el 22.7% del primer grupo y 17.8% del segundo casi nunca encuentran paisajes atractivos en el lugar en que viven, 14.4% de los del segundo grupo y 16.1% del primero nunca encuentran paisajes atractivos cerca de sus hogares.

Desde la perspectiva del estado civil de los mayores, de acuerdo a los datos del cuadro 3.81, únicamente 20.3% de los viudos, el 20.2% de los casados, 17.9% de los divorciados y 8% de los solteros, siempre encuentran paisajes atractivos en sus barrios, 28.2% de los divorciados, 20% de los solteros, 18.8% de los viudos y 16.9% de los casados, casi siempre los encuentran, 33.3% de los divorciados, 26% de los casados, 21.9% de los viudos y el 16% de los solteros, algunas veces encuentran paisajes atractivos en sus barrios. El más alto porcentaje de este apartado, el 40% de los solteros de 60 y más, así como el 22.3% de los casados, 21.1% de los viudos y el 5.1% de los divorciados, casi nunca los encuentran y el 18% de los viudos, 16% de los solteros, 15.4% de los divorciados y 14.5% de los casados nunca encuentran paisajes atractivos en el lugar en habitan.

Otro hecho es que las personas buscan la proximidad a los espacios verdes al adquirir sus viviendas. Esto se ha demostrado en estudios que se han basado en la preferencia que muestran las personas por una buena vista, de preferencia a lugares naturales al adquirir una nueva vivienda o rentar un cuarto de hotel. Además, está demostrado que el contar con un paisaje atractivo también aumenta el deseo de permanencia en el mismo vecindario a través de los años. Los paisajes naturales aumentan el sentido de pertenencia, por lo cual se fomenta el envejecimiento en el lugar, otro buen motivo para fomentar la implementación y uso de este tipo de paisajes en los barrios urbanos (Matsuoka, 2007).

Muchas de las personas de 60 y más en el Área Metropolitana de Monterrey se ven en la necesidad de trasladarse al llegar a la tercera edad, lo cual no se considera lo más conveniente para el bienestar de las personas de la tercera edad. De acuerdo con los datos que nos muestra el cuadro 3.81., solo el 24.6% de los que laboran media jornada, 17% de los pensionados y la media porcentual aproximada del 21.1% que atienden su propia casa, siempre encuentran paisajes interesantes en sus barrios; 23.3% de quienes atienden su propia casa, 14% que no trabajan y la media porcentual aproximada del 17.5% de los que trabajan media jornada, casi siempre encuentran paisajes atractivos en sus barrios; 33.3% de los que trabajan jornada completa, 21.1% que atienden su propia casa y la media porcentual aproximada del 27.3% de los mencionados algunas veces encuentran paisajes atractivos en las cercanías del lugar en que viven.

Por otro lado el 25.6% de quienes atienden su propia casa, 10.3% de los que trabajan en casa por una remuneración y la media porcentual aproximada del 18.2% de los pensionados, casi nunca encuentran atractivos los paisajes del lugar en que viven, 20.4% de quienes no trabajan, 8.8% de los que trabajan jornada completa y la media porcentual aproximada del 17.2% de quienes ayudan en casa por una remuneración nunca encuentran paisajes atractivos en las proximidades de los barrios en que viven. El 25.8% de los que en la actualidad laboran como obreros calificados, el 14.3% de quienes lo hacen en su propio negocio y la media porcentual aproximada del 21.4% de los que laboran como funcionarios administrativos son quienes siempre encuentran paisajes atractivos en sus vecindarios. La indiscriminada caracterización de los barrios, la pérdida de los símbolos locales y el uso de diseños de vecindario con estilos foráneos, son algunos de los motivos de la pérdida del apego por el lugar que sufren muchos de los adultos mayores (Matsuoka, 2007).

En el cuadro 3.81, el 24.6% de los profesionistas independientes, 4.8% de obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 15.% que poseen su propio negocio y laboran después de los 59, casi siempre encuentran paisajes atractivos en los alrededores de los lugares en que viven; El 40.5% de quienes laboran como personal administrativo, el 16.1% de los obreros calificados y la media porcentual aproximada del 28.6% de quienes lo hacen como docentes o en su propio negocio algunas veces encuentran paisajes atractivos en sus barrios. El 35.7% que laboran como docentes, el 9.5% de quienes lo hacen como funcionarios públicos y la media porcentual aproximada del 21.7% de los profesionistas independientes, nunca encuentran paisajes atractivos en sus barrios (ver cuadro 3.81).

Cuadro 3.81. Paisajes atractivos en los barrios de los mayores, en relación a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Los paisajes de mi barrio son atractivos 35.19							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	11.7	25.7	26.7	17.0	18.9	100.0
	Mujer	19.2	17.5	23.5	20.1	19.7	100.0
Edad	60 a 74 años	16.1	22.7	23.9	18.6	18.6	100.0
	75 y más años	14.4	17.8	28.0	18.6	21.2	100.0
Estado civil	Casado	14.5	22.3	26.0	16.9	20.2	100.0
	Viudo	18.0	21.1	21.9	18.8	20.3	100.0
	Divorciado	15.4	5.1	33.3	28.2	17.9	100.0
	Soltero	16.0	40.0	16.0	20.0	8.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	16.7	25.0	28.6	15.5	14.3	100.0
	Profesionista independiente	7.2	21.7	24.6	24.6	21.7	100.0
	Funcionario administrativo	4.8	9.5	40.5	23.8	21.4	100.0
	Ama de casa	20.1	21.5	20.8	19.5	18.1	100.0
	Obrero calificado	12.9	29.0	16.1	16.1	25.8	100.0
	Obrero no calificado	23.8	23.8	23.8	4.8	23.8	100.0
	Docente	14.3	35.7	28.6	7.1	14.3	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	20.4	20.4	22.6	14.0	22.6	100.0
	Empleado(a) doméstico	17.2	10.3	24.1	31.0	17.2	100.0
	Labores del hogar	8.9	25.6	21.1	23.3	21.1	100.0
	Media jornada	8.8	24.6	24.6	17.5	24.6	100.0
	Jornada completa	17.4	20.3	33.3	14.5	14.5	100.0
	Pensionado	18.2	18.2	27.3	19.3	17.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora

7.20. Asientos públicos para descansar

Las características del entorno urbano permiten la vinculación con el mismo, cuando los de la tercera edad no pueden vincularse y relacionarse con y en el entorno urbano lo que hacen es recluirse a sus hogares. De esta manera, si un adulto mayor se aventura a tratar de utilizar los parques y jardines públicos que existen en sus barrios, si al hacerlo ven que debido, por ejemplo, a la distancia adicional que representa rodear una barda para alcanzar el acceso, o que al estar en ellos las distancias son largas o en declive y que no cuentan con lugares para sentarse que estén estratégicamente localizados para brindarles descanso en el trayecto, terminarán por no volver y continuar reclusos en sus casas. Se está aislando de una sociedad que podría enriquecerse mucho con las experiencias de los mayores (Moreno, 2010). La carencia de bancas en los barrios de los adultos mayores en Monterrey es menor que la carencia de paisajes atractivos: alrededor del 65% de la población de 60 y más siempre o casi siempre encuentran bancas en los lugares públicos de sus barrios. Esto se puede visualizar en la figura 3.92. Los datos del cuadro 3.82 de la cual se derivó la gráfica, un 41.9% de las mujeres y 38.8% de los de 60 y más en Monterrey cuentan con bancas para descansar en los parques de sus barrios, el 23.9% de las mujeres y el 25.2% de los varones casi siempre cuentan con ellas, 18% de los varones y el 12.4% de las mujeres, algunas veces cuentan con bancas en los parques de sus vecindarios, 12% de las mujeres y 10.2% de los hombres casi nunca cuentan con bancas en los parques cercanos a sus hogares, 9.8% de las mujeres de 60 y más y el 7.8% de los varones nunca cuentan con bancas para descansar en los parques aledaños a sus hogares.

Si se acomodan a los adultos mayores en dos grupos de edad, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más, los resultados respecto al cuestionamiento de la existencia de bancas en los parques que existen próximos a los hogares de los adultos mayores en Monterrey, de acuerdo a los datos del cuadro 3.82., el 41.6% de los pertenecientes al primer grupo y 37.3% de quienes pertenecen al segundo siempre tienen bancas para descansar en los parques cercanos a sus hogares; 24.6% del segundo grupo y 24.5% del primero casi siempre las tienen; 16.1% de los del segundo grupo y 14.6% del primero algunas veces encuentran bancas en esos lugares; 10.6% del primer grupo y 12.7% del segundo casi nunca las encuentran y 9.3% del segundo grupo y 8.7% del primero nunca cuentan con bancas para sentarse en los parques que existen en sus barrios.

El mobiliario urbano tanto por su ubicación como por su diseño debe adecuarse a las necesidades de los de la tercera edad para resultar inclusivo a las personas de la tercera edad, asimismo los caminos y calles de los vecindarios en que estas personas transitan deben permitirles caminar por ellos de manera autónoma e indiscriminadamente, en el diseño de las bancas, deben tomarse en cuenta las condiciones climáticas, de manera que por insolación o por enfriamiento las bancas no resulten imposibles de tolerar al tacto, asimismo deben de contar con resguardos respecto a la lluvia y deben de estar constituidos de materiales de fácil higiene y mantenimiento.

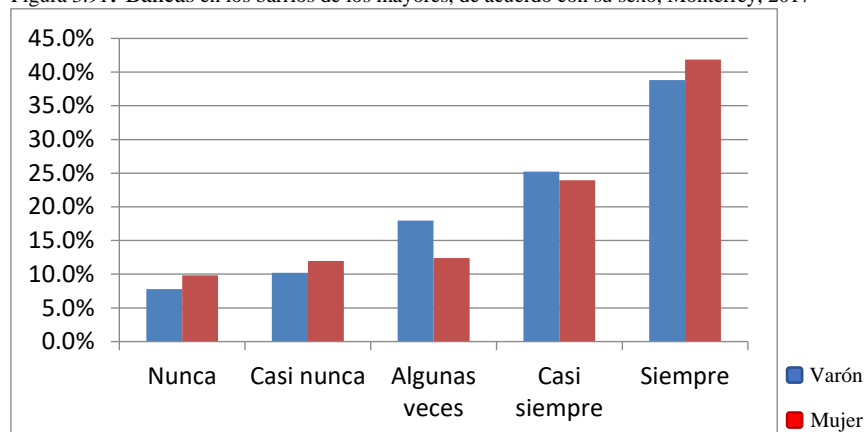
Las bancas deben existir en cantidades proporcionales a la población que hace uso de ellas y estar ubicadas a las distancias adecuadas para impedir que los mayores puedan tener problemas por fatiga por la distancia que deben recorrer para acceder a ellas (López, 2011). Frente al cuadro 3.82. con respecto al estado civil de los adultos mayores, el 44% de los solteros siempre cuentan con bancas en los parques cercanos a sus casas, al igual que 40.6% de los viudos, 39.7% de los casados y 35.9% de los divorciados; 32% de los solteros, 26.9% de los casados, 23.1% de los divorciados y 20.3% de los viudos casi siempre encuentran bancas para descansar en los parques de sus barrios; el 19.5% de los viudos, 15.4% de los divorciados, 13.2% de los casados y 12% de los solteros, algunas veces las encuentran; 12.8% de los divorciados, 12.4% de los casados, 10.2% de los viudos y el 4% de los solteros casi nunca encuentran bancas en los parques cercanos a sus casas: 12.8% de los divorciados, 9.4% de los viudos, 7.9% de los casados y 8% de los solteros nunca encuentran bancas en los parques de sus vecindarios.

Es mucho el trabajo por hacer para lograr que los espacios públicos al aire libre de la ciudad del Área Metropolitana de Monterrey resulten inclusivos para los adultos mayores y para la población en general y dada la perspectiva que se tienen del envejecimiento poblacional resulta imperativo abocarse a la tarea de hacer lo necesario para lograrlo. Algunas de las recomendaciones que se pueden seguir son, aprovechar lo que ya se tienen, crear espacios públicos inclusivos entre ellos parques y jardines en los barrios que carecen de ellos, hay que crear los centros vecinales para con ello crear los espacios en que la ciudadanía pueda concentrarse para concertar sus pareceres y cooperar a la mejora del vecindario en que habitan (Narváez, 2002).

Las autoridades deben estar conscientes de que los que más necesitan de parques públicos son las personas de las clases media o baja de la sociedad, a quienes no les es posible acceder a otro tipo de diversiones con facilidad. El 14.3% de las personas de 60 o más que han laborado en sus propios negocios, el 2.4% de los funcionarios administrativos y la media porcentual aproximada del 9.7% de los obreros calificados nunca cuentan con bancas en los parques públicos cercanos a sus hogares; El 15.9% de quienes han laborado como profesionistas independientes, ninguno de los que lo han hecho como docentes y la media porcentual aproximada del 6.5% de los obreros calificados casi nunca encuentran bancas; el 33.3% de los obreros no calificados, el 7.1% de quienes han sido docentes y la media porcentual aproximada del 26.2% de los funcionarios administrativos, algunas veces cuentan con bancas en los parques de sus barrios; 33.3% de los profesionistas independientes, 14.3% de quienes han laborado como obreros no calificados o docentes y la media porcentual aproximada del 23.5% de los adultos mayores que han laborado como amas de casa casi siempre encuentran bancas para descansar mientras pasean en los parques de sus vecindarios; el 58.1% de los obreros calificados, el 33.3% de los no calificados y la media porcentual aproximada del 42.9% de los adultos mayores que han laborado como funcionarios administrativos siempre cuentan con bancas en los parques de los barrios en que habitan.

Frente al cuadro 3.82., 46.6% de los mencionados, 37.7% de los que después de los 59 siguen laborando jornada completa y la media porcentual aproximada del 39.8% de quienes no trabajan siempre encuentran bancas en los parques de sus barrios; 31% de quienes ayudan en casas por una remuneración, 20.4% de los que no trabajan después de los 59 y la media porcentual aproximada del 24.6% de quienes trabajan jornada completa casi siempre las encuentran. Los de 59 y la media porcentual aproximada del 24.6% que trabajan jornada completa casi siempre las encuentran; el 31% de quienes ayudan en casas por una remuneración, el 8.8% que trabajan media jornada y la media porcentual aproximada del 16.1% de los que no trabajan algunas veces no encuentran bancas en los parques de su localidad; 16.1% de quienes no laboran, 8% de los pensionados y la media porcentual aproximada del 11.6% de quienes siguen trabajando después de los 59 jornada completa nunca encuentran bancas en los parques de sus barrios.

Figura 3.91. Bancas en los barrios de los mayores, de acuerdo con su sexo, Monterrey, 2017



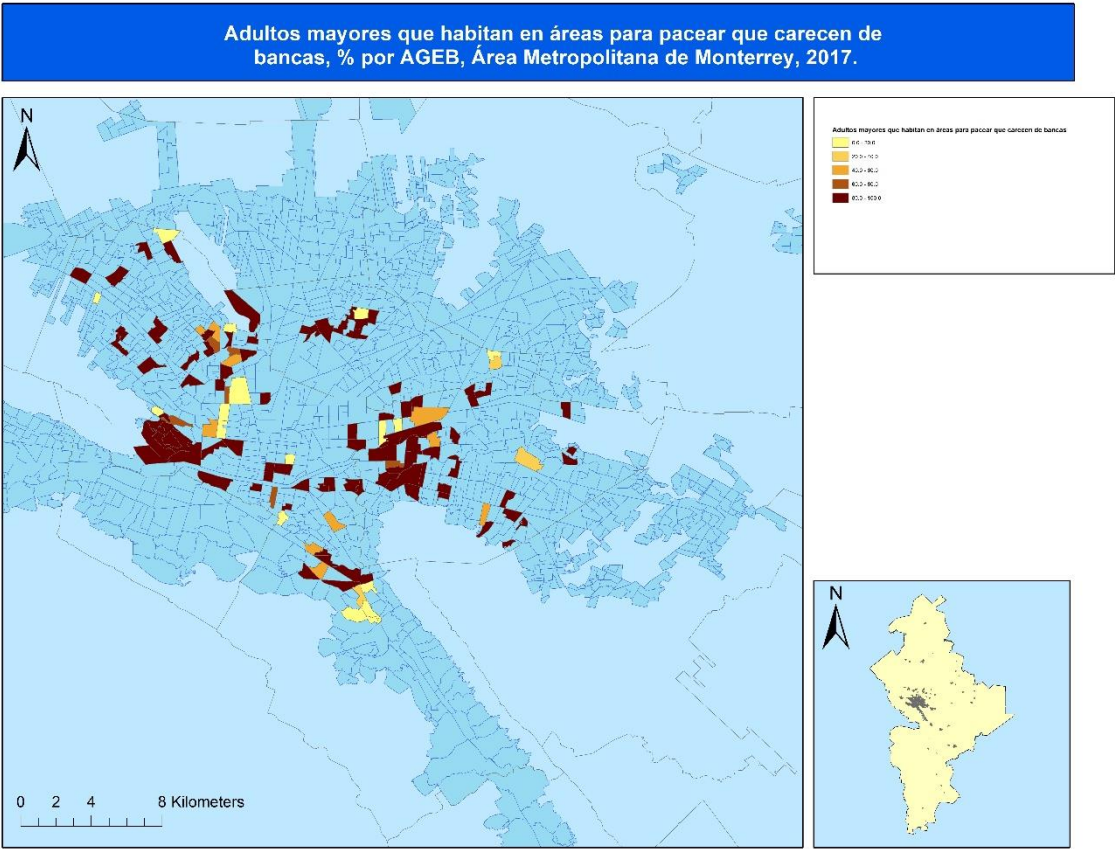
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora

Cuadro 3.82. Bancas en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Hay bancas en los parques de mi barrio 35.20							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	7.8	10.2	18.0	25.2	38.8	100.0
	Mujer	9.8	12.0	12.4	23.9	41.9	100.0
Edad	60 a 74 años	8.7	10.6	14.6	24.5	41.6	100.0
	75 y más años	9.3	12.7	16.1	24.6	37.3	100.0
Estado civil	Casado	7.9	12.4	13.2	26.9	39.7	100.0
	Viudo	9.4	10.2	19.5	20.3	40.6	100.0
	Divorciado	12.8	12.8	15.4	23.1	35.9	100.0
	Soltero	8.0	4.0	12.0	32.0	44.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	14.3	9.5	14.3	27.4	34.5	100.0
	Profesionista independiente	2.9	15.9	13.0	33.3	34.8	100.0
	Funcionario administrativo	2.4	2.4	26.2	26.2	42.9	100.0
	Ama de casa	12.1	14.1	12.8	23.5	37.6	100.0
	Obrero calificado	9.7	6.5	9.7	16.1	58.1	100.0
	Obrero no calificado	4.8	14.3	33.3	14.3	33.3	100.0
	Docente	0.0	0.0	7.1	14.3	78.6	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	7.5	16.1	16.1	20.4	39.8	100.0
	Empleado(a) doméstico	6.9	10.3	31.0	31.0	20.7	100.0
	Labores del hogar	11.1	10.0	14.4	21.1	43.3	100.0
	Media jornada	7.0	12.3	8.8	28.1	43.9	100.0
	Jornada completa	11.6	10.1	15.9	24.6	37.7	100.0
	Pensionado	6.8	8.0	11.4	27.3	46.6	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

Figura 3.92. Adultos mayores habitan en lugares que carecen de bancas en las áreas para pasear. Porcentaje por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

7.21. Resguardos para el sol y la lluvia en los barrios de los mayores

En el Área Metropolitana de Monterrey, es característico el clima extremadamente cálido, desde el mes de marzo hasta el de octubre, normalmente suelen imperar los días con temperaturas que impiden el confort térmico debido a la insolación, la falta de vegetación y otros elementos urbanos que deben tomarse en cuenta a la hora de diseñar los espacios que constituyen una ciudad. La cantidad de los espacios públicos urbanos es una de ellas (Nikolopoulou, 2001), muchos de estos espacios en las últimas décadas han ido cediendo ante la permisividad de las autoridades para la edificación de viviendas y edificios para entonos laborales, pasando por encima de la normativa establecida o bien por falta de elementos normativos que regulen el sano desarrollo de la ciudad. En el caso del clima extremadamente cálido del Área Metropolitana de Monterrey debe estar provista de espacios adecuados para resguardarse. Así mismo sugiere Nikolopoulou, debe cuidarse la existencia de la vegetación que por medio de la fotosíntesis determina la humedad del ambiente, lo mismo que de fuentes que refresquen el entorno. En el Área Metropolitana de Monterrey también este tipo de áreas han ido desapareciendo en las últimas décadas, ante la falta de normativas o la ausencia de implementación de estas por parte de las autoridades correspondientes. Los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey, de acuerdo con los datos de la figura 3.93. y el cuadro 3.83 viven en barrios en que los resguardos contra las inclemencias de las altas temperaturas están descuidados. De acuerdo con la gráfica, aproximadamente cerca del 20% de la población siempre cuenta con estos resguardos, y aproximadamente otro 20% casi siempre, el resto de la población tiene grandes deficiencias de este tipo de equipamientos.

De acuerdo al cuadro 3.83., 18.4% de los varones y 17.1% de las mujeres son quienes siempre cuentan con este tipo de resguardos en las banquetas o parques que existen en sus barrios, 19.9% de los varones y 18.8% de las mujeres casi siempre encuentran este tipo de resguardos cerca del área en que viven; 22.8% de los hombres y 19.7% de las mujeres solamente algunas veces cuentan con ellos; 20.5% de los adultos mayores del sexo femenino y 15.5% de los varones, casi nunca encuentran este tipo de resguardos en las banquetas o parques de sus barrios; el 23.9% de las mujeres y el 23.3% de los hombres nunca los encuentran en sus barrios.

Existe una gran diferencia entre quienes encuentran o no resguardos contra la lluvia y el sol en las banquetas y parques de su localidad, con respecto a la edad. Si se divide la población de los mayores en dos grupos de edad, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más, el 21.1% de quienes pertenecen al primer grupo y únicamente el 8.5% de quienes pertenecen al segundo, siempre cuentan con resguardos en las proximidades de sus hogares; el 19.5% de los del segundo grupo y 19.3% de los del primero, casi siempre cuentan con este tipo de resguardos en sus barrios; 23.7% de los del segundo grupo y 20.2% de los del primero algunas veces cuentan con resguardos contra el sol y la lluvia en sus barrios; 21.2% del segundo grupo y 17.1% del primero casi nunca cuentan con ellos; 22.4% del primer grupo y 27.1% del segundo nunca encuentran estos resguardos en las banquetas y parques aledaños a sus hogares. En la opinión de Neila (2004), el tipo de usuarios (niños, ancianos o adultos) su vestimenta y el tipo de actividades que realizan en los espacios públicos exteriores, deben tomarse en cuenta cuando se planifican las ciudades.

Es necesario proveer a las edificaciones urbanas de elementos que permitan facilitar el confort térmico a lo largo de los cambios climáticos anuales. Los edificios deben de estar orientados tomando en cuenta los tiempos y orientación de la radiación solar, al igual que las calles para no segar al conductor al ir manejando. También debe considerarse, dada la cantidad de radiación solar, la implementación de normas que regulen el establecimiento de captadores de la radiación solar como fuente de energía primaria en el Área Metropolitana de Monterrey.

De acuerdo con el cuadro 3.83, el 20% de los solteros de 60 o más, el 19.5% de los viudos, 17.9% de los divorciados y el 16.1% de los casados, siempre cuentan con resguardos contra la lluvia y el sol en sus barrios; el 21.9% de los viudos, el 20.5% de los divorciados, el 18.6% de los casados y el 16% de los solteros casi siempre cuentan con ellos; 25.6% de los divorciados, 24% de los solteros, el 21.9% de los viudos y el 19.8% de los casados algunas veces encuentran resguardos contra la lluvia y el sol en sus barrios; 21.5% de los casados, 16.4% de los viudos, 10.3% de los divorciados y 8% de los solteros casi nunca encuentran resguardo contra las inclemencias climáticas en sus vecindarios; 32% de los solteros, 25.6% de los divorciados, 24% de los casados y 20.3% de los viudos, nunca encuentran resguardos en sus barrios.

La sombra que los edificios arrojan sobre los espacios públicos abiertos o sobre otras edificaciones de las zonas urbanas debe de tomarse en cuenta a la hora de determinar el uso de los edificios, deben considerar las distancias entre las banquetas y la amplitud de estas con respecto a la altura de los edificios y a los ángulos de insolación que se presentan en los meses cálidos. Asimismo, la orientación de las calles con respecto a los ángulos de irradiación solar debe determinar la morfología urbana, a fin de proveer de confort a sus habitantes, en particular a los niños y a los adultos mayores quienes son más propensos a sufrir de insolación o deshidratación como resultado de la sobreexposición al sol, así como a padecer enfermedades respiratorias debido a la exposición a la lluvia (Cañada, 2009).

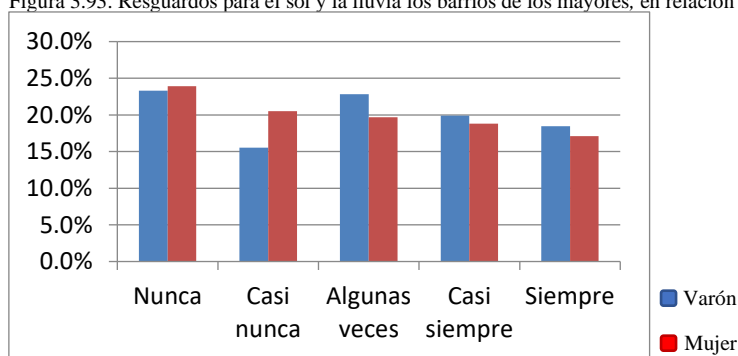
El cuadro 3.83. muestra que únicamente el 29% de quienes la mayor parte de sus vidas han laborado como obreros calificados, el 7.1% que lo han hecho como docentes y la media porcentual aproximada del 19% de los que han laborado como obreros no calificados siempre cuentan con resguardo contra el sol o la lluvia en las banquetas y parques próximos a sus hogares. El 29% de los profesionistas independientes, el 14.3% de quienes han laborado en sus propios negocios y la media porcentual aproximada del 21.4% que lo han hecho como funcionarios administrativos casi siempre cuentan con ese tipo de resguardos en sus vecindarios; el 26.1% de quienes han sido profesionistas independientes, 12.9% de los obreros calificados y la media porcentual aproximada del 18.8% que han laborado como amas de casa, casi siempre cuentan con esos resguardos en los barrios en que habitan.

Asimismo, el 26.1% de los profesionistas independientes, 12.9% de los obreros calificados y la media porcentual aproximada del 19% de los obreros no calificados algunas veces cuentan con los citados resguardos en sus vecindarios; 28.6% de los obreros no calificados, 3.2% de los obreros calificados y la media porcentual aproximada del 14.3% de los que han laborado en sus propios negocios casi nunca cuentan con estos resguardos; 38.7% de los obreros calificados, 9.5% de los no calificados y la media porcentual aproximada del 23.8% de los que han laborado en su propio negocio nunca cuentan con elementos para resguardarse del sol y la lluvia en las calles y parque del barrio en que habitan.

En el Área Metropolitana de Monterrey debe fomentarse la recuperación de las áreas verdes y la biodiversidad, que permitan el aprovechamiento y gestión de las precipitaciones pluviales (Bettini, 1998), así como la promoción y propiciación del ocio y la actividad física de los mayores en las cercanías de sus barrios. Los datos que muestra el cuadro 3.83, el 31.6% de quienes continúan trabajando media jornada después de los 59 años, el 10.1% de los que lo hacen jornada completa y la media porcentual aproximada del 22.6% que no trabajan siempre cuentan con resguardos para el sol y la lluvia en las calles y parques de sus barrios; 24.1% de quienes laboran en casas por una remuneración, 12.2% atienden su propia casa y la media porcentual aproximada de 18.8% trabajan jornada completa, casi siempre los encuentran.

Por otro lado, el 24.6% de los que lo hacen media jornada, 17% de pensionados y la media porcentual del 22.6% que no trabajan algunas veces encuentran en donde resguardarse del sol y la lluvia en sus barrios. Además, el 24.4% de quienes atienden su propio hogar después de los 59 años, el 8.8% que laboran media jornada y la media porcentual aproximada del 17.4% de los que lo hacen jornada completa casi nunca los encuentran y 34.8% de quienes trabajan jornada completa, 13.8% dedicados a ayudar en casa por un salario y la media porcentual aproximada del 22.4% de quienes no trabajan, nunca encuentran en donde resguardarse del sol y la lluvia en las calles y parques próximos al lugar en que viven.

Figura 3.93. Resguardos para el sol y la lluvia los barrios de los mayores, en relación con su sexo, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora

Cuadro 3.83. Resguardos para el sol y la lluvia los barrios de los mayores, con respecto a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Hay resguardos para sol y lluvia en parques y banquetas 35.21							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	23.3	15.5	22.8	19.9	18.4	100.0
	Mujer	23.9	20.5	19.7	18.8	17.1	100.0
Edad	60 a 74 años	22.4	17.1	20.2	19.3	21.1	100.0
	75 y más años	27.1	21.2	23.7	19.5	8.5	100.0
Estado civil	Casado	24.0	21.5	19.8	18.6	16.1	100.0
	Viudo	20.3	16.4	21.9	21.9	19.5	100.0
	Divorciado	25.6	10.3	25.6	20.5	17.9	100.0
	Soltero	32.0	8.0	24.0	16.0	20.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	23.8	14.3	22.6	14.3	25.0	100.0
	Profesionista independiente	11.6	18.8	26.1	29.0	14.5	100.0
	Funcionario administrativo	16.7	21.4	23.8	21.4	16.7	100.0
	Ama de casa	26.2	19.5	22.1	18.8	13.4	100.0
	Obrero calificado	38.7	3.2	12.9	16.1	29.0	100.0
	Obrero no calificado	9.5	28.6	19.0	23.8	19.0	100.0
	Docente	28.6	21.4	21.4	21.4	7.1	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	17.2	15.1	22.6	22.6	22.6	100.0
	Empleado(a) doméstico	13.8	20.7	24.1	24.1	17.2	100.0
	Labores del hogar	25.6	24.4	22.2	12.2	15.6	100.0
	Media jornada	17.5	8.8	24.6	17.5	31.6	100.0
	Jornada completa	34.8	17.4	18.8	18.8	10.1	100.0
	Pensionado	23.9	22.7	17.0	21.6	14.8	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora

7.22. Servicios de auxilio en los barrios de los mayores

Es conveniente que los espacios públicos abiertos cuenten con asistencia en caso de necesidad, en particular para aquellas personas que por sus características personales son más vulnerables. Tal es el caso de los mayores de 60 años, los niños y las personas con algún tipo de discapacidad. Al transitar por la vía pública estas personas deben tener la posibilidad de ser atendidos por el cuerpo policíaco, personal que les pueda brindar apoyo médico en caso de emergencia, servicios de orientación en caso de requerir información acerca de las instalaciones del lugar en que se encuentran o hacia dónde dirigirse para acceder al lugar al que habrán de llegar. Cabe mencionar que para que en un edificio pueda implementar un plan para atender las emergencias públicas, debe estar correctamente equipado, de manera que su equipamiento y constitución puedan brindar un oportuno servicio de emergencia a sus usuarios.

En el Área Metropolitana de Monterrey se vive en un clima de inseguridad generalizado derivado de la ausencia de acción asertiva de parte de las autoridades para controlar la criminalidad que existe en esta ciudad. Esto se ve reflejado en la figura 3.94 donde alrededor del 17% de la población de adultos mayores piensan que recibirían ayuda si la necesitaran en la vía pública.

De manera más detallada, el cuadro 3.84 muestra que el 17.9% de las mujeres y el 15% de los varones siempre cuentan con ayuda en las calles y parques de sus barrios, 20% de los varones y el 12% de las mujeres casi siempre la encuentra, 24.4% de las mujeres y 19.9% de los varones algunas veces, 18.4% de los varones y 17.5% de las mujeres casi nunca la encuentran y el 18.2% de las mujeres y 25.7% de los hombres nunca. Si dividimos la población de mayores en dos grupos de edad, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más, 16.9% del segundo grupo y 16.8% del primero siempre encuentran ayuda si la necesitan en las banquetas y parques del vecindario en que habitan, 16.1% del primero y 15.3% del segundo casi siempre, 22.7% del primero y 21.2% del segundo algunas veces, 19.5% del primer grupo y 17.4% del primero casi nunca, 27.1% del segundo grupo y 27% del primero nunca encuentran ayuda si la necesitan en las calles y parques de sus barrios.

Con respecto al estado civil de los mayores en Monterrey, 23.1% de los divorciados, 18.8% de los viudos, 16% de los solteros y 14% de los casados siempre tienen acceso a servicios de ayuda, 20.5% de los divorciados, 16.1% de los casados, 14.8% de los viudos y 12% de los solteros casi siempre, 24% de los solteros, 23.4% de los viudos, 23.1% de los divorciados y 21.9% de los casados algunas veces, 20% de los solteros, 18.6% de los casados, 18% de los viudos y 12.8% de los divorciados casi nunca cuentan con ayuda en las banquetas y parques de sus vecindarios si la requieren; 29.3% de los casados, 28% de los solteros, 25% de los viudos y 20.5% de los divorciados, nunca tienen acceso a servicios de ayuda en las calles y parques de sus barrios (ver cuadro 3.84.).

Un buen plan de ayuda debe identificar las amenazas que existen en los barrios en que habitan los de la tercera edad. Debe estimar la vulnerabilidad de los mayores, priorizar los escenarios en que puedan representar riesgo y tener planeadas las medidas a tomar para brindar ayuda no solo a ellos, sino a toda la población en caso de necesidad. Según el Plan de Información Pública Componente del Plan de Emergencia y Contingencias, debe contemplar una estrategia de ayuda para las personas perdidas, de informar a los familiares de los mayores en caso de incidentes en la vía pública, este plan debe de tener bien definido un lugar para ayudar a las personas mayores de acuerdo con sus características mientras sus familiares o allegados se hacen cargo de ellos. (Espitia, 2011).

En el caso de los accesos a los servicios de ayuda, los cálculos porcentuales muestran que las personas que sienten que cuentan con ellos son pocas. En apartados anteriores se evidenció que los adultos mayores asisten poco a las áreas destinadas para caminar en sus barrios principalmente por temor. Probablemente dicho temor está relacionado con lo que se muestra en esta pregunta. Únicamente el 20.3% de los de 60 y más que en su vida han ejercido como profesionistas independientes, el 7.1% de los docentes y la media porcentual aproximada del 14.3% de los obreros no calificados y los que han laborado en su propio negocio, siempre cuentan con acceso a los servicios de ayuda en sus vecindarios.

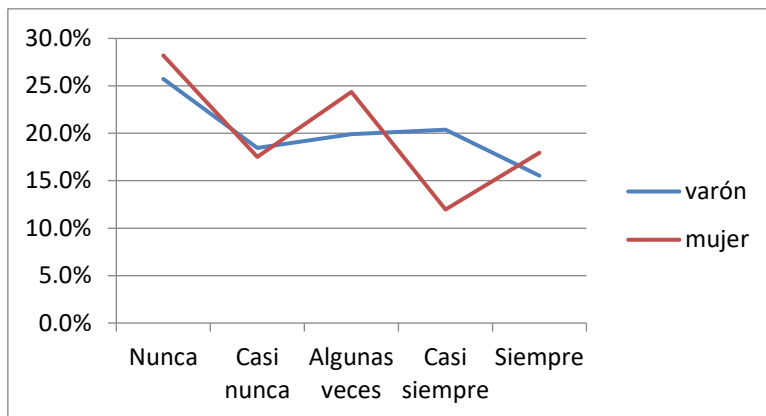
También el 21.4% de quienes han laborado en su propio negocio, el 10.7% que lo han hecho como amas de casa y la media porcentual aproximada del 14.3% de los docentes casi siempre cuentan con este tipo de accesos; 35.7% de los docentes, 9.5% de

quienes han laborado como obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 23.2% que fueron profesionistas independientes, solo algunas veces cuenta con accesos a los servicios de ayuda en sus vecindarios, lo cual dado el alto índice de criminalidad que impera en el Área Metropolitana de Monterrey. Resulta motivo suficiente para los de la tercera edad eviten dentro de lo posible incursionar en las calles y parques de sus barrios. El 28.6% de los docentes y obreros no calificados, el 3.2% de los obreros calificados y la media porcentual aproximada del 18.8% de quienes han laborado como amas de casa, casi nunca cuentan con acceso a los servicios de ayuda en los espacios públicos del lugar en que habitan.

También el 38.7% de los obreros no calificados que en otros rubros han mostrado sentirse satisfechos con las características de los espacios abiertos del vecindario en que viven, el 14.3% de los docentes y la media porcentual aproximada del 28.6% de quienes han atendido su propio negocio y han laborado como obreros no calificados nunca cuentan con acceso a los servicios de ayuda en caso de requerirlo en las calles y parques de su localidad. Con respecto a su situación laboral actual, el 24.1% de quienes ayudan en casa por una remuneración, el 11.4% de los pensionados y la media porcentual aproximada del 16.7% de quienes atienden su propia casa, siempre encuentran en sus barrios la forma de acceder a los servicios de ayuda cuando lo necesitan.

Asimismo, el 21.5% de quienes no trabajan, el 11.4% de los mayores que están pensionados y la media porcentual aproximada del 20.7% que laboran en casas por una remuneración casi siempre cuentan con acceso a los servicios de ayuda en los espacios públicos de sus vecindarios. El 28.4% de los que están pensionados, el 17.5% de quienes laboran media jornada, sí como la media porcentual aproximada del 23.2% de los mayores que laboran jornada completa algunas veces cuentan con acceso a los servicios de ayuda en sus barrios. 24.6% de quienes laboran media jornada, 13.6% de los pensionados y la media porcentual aproximada del 17.2% de quienes ayudan en casa por una remuneración o no trabajan y la media porcentual aproximada del 21.5% de los adultos mayores que en la actualidad no trabajan, nunca encuentran acceso a los servicios de ayuda cuando lo requieren al transitar por las calles y parques del lugar en que viven (ver cuadro 3.84.).

Figura 3.94. Servicios de auxilio en los barrios de los mayores, en relación a su sexo, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

Cuadro 3.84. Acceso a servicios de ayuda en los parques y banquetas de los barrios de los mayores, Monterrey, 2017

Tengo acceso a servicios ayuda en los parques y banquetas 35.22							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	25.7	18.4	19.9	20.4	15.5	100.0
	Mujer	28.2	17.5	24.4	12.0	17.9	100.0
Edad	60 a 74 años	27.0	17.4	22.7	16.1	16.8	100.0
	75 y más años	27.1	19.5	21.2	15.3	16.9	100.0
Estado civil	Casado	29.3	18.6	21.9	16.1	14.0	100.0
	Viudo	25.0	18.0	23.4	14.8	18.8	100.0
	Divorciado	20.5	12.8	23.1	20.5	23.1	100.0
	Soltero	28.0	20.0	24.0	12.0	16.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	28.6	10.7	25.0	21.4	14.3	100.0
	Profesionista independiente	14.5	23.2	18.8	23.2	20.3	100.0
	Funcionario administrativo	19.0	23.8	26.2	11.9	19.0	100.0
	Ama de casa	29.5	18.8	24.2	10.7	16.8	100.0
	Obrero calificado	38.7	3.2	25.8	19.4	12.9	100.0
	Obrero no calificado	28.6	28.6	9.5	19.0	14.3	100.0
	Docente	14.3	28.6	35.7	14.3	7.1	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	21.5	17.2	18.3	21.5	21.5	100.0
	Empleado(a) doméstico	17.2	17.2	20.7	20.7	24.1	100.0
	Labores del hogar	31.1	16.7	23.3	12.2	16.7	100.0
	Media jornada	22.8	24.6	17.5	21.1	14.0	100.0
	Jornada completa	34.8	23.2	23.2	11.6	7.2	100.0
	Pensionado	26.1	13.6	28.4	11.4	20.5	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

7.23. Teléfonos públicos en los barrios

De acuerdo con el reglamento de la ciudad del Área Metropolitana de Monterrey dependerá del Comisario General el establecer y operar el servicio de asistencia pública municipal. Así mismo debe fungir como enlace con: las Redes Nacional y Estatal de Telecomunicaciones, y las Instituciones de Seguridad Pública, las Instituciones Policiales en el Estado y en el Municipio, pero como ya se sostuvo, si no existen las instalaciones físicas suficientes es inútil implementar las instancias que las rijan y su funcionamiento.

De acuerdo con los datos del cuadro 3.85., son muy reducidos los porcentajes de los adultos mayores que cuentan con teléfonos para solicitar ayuda en caso necesario en los parques públicos de sus barrios. El 18% de los varones y el 15.8% de las mujeres, son quienes siempre cuentan con este tipo de servicio en su vecindario. 20.9% de los hombres y el 16.2% de las mujeres dicen que casi siempre cuentan con ellos en el barrio en que viven, el 25.2% de las mujeres y el 22.3% de los varones algunas veces detectan este servicio en los parques que existen en la cercanía de sus hogares, 15.8% de las mujeres y 12.6% de los hombres casi nunca los encuentran y el 26.9% de las mujeres y 26.2% de los varones, nunca.

Si dividimos la población de los de la tercera edad en dos grupos, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más, de acuerdo con los datos que ofrece el cuadro 3.85., no existen diferencias significativas entre los dos grupos de edad. El 18.6% de los del segundo grupo y 16.1% de los del primero siempre cuentan con teléfonos públicos en sus barrios para comunicarse en caso necesario. El 18.9% de los del primer grupo y 16.9% del primero, casi siempre cuentan con ellos. 22.9% del segundo grupo y 24.2% del primer grupo, encuentran este servicio algunas veces en los alrededores del lugar en que viven, 16.9% del segundo grupo y 13.4% del primero casi nunca. 27.3% del primer grupo y 24.6% del segundo nunca encuentran teléfonos públicos para utilizarlos en caso de necesidad en su vecindario.

Frente a los datos que presenta el cuadro 3.85 en lo referente al estado civil de los mayores, el 24% de los solteros, 21.9% de los viudos, 15.4% de los divorciados y 14% de los casados siempre encuentran teléfonos en los parques de sus barrios. 20.5% de los

divorciados, 19.5% de los viudos, 17.8% de los casados y 16% de los solteros, casi siempre encuentran teléfonos públicos en sus barrios. 26.6% de los viudos, 24% de los casados, 16% de los solteros y 15.4% de los divorciados solo algunas veces los encuentran. 20.5% de los divorciados, 20% de los solteros, 15.3% de los casados y el 9.4% de los viudos, casi nunca los encuentran. El 28.9% de quienes están casados, el 28.2% de los divorciados, el 24% de los solteros y el 22.7% de los viudos nunca los encuentran en los espacios públicos de sus barrios.

Según el Reglamento de Accesibilidad de la Ciudad de Monterrey (2016), artículo 38, es responsabilidad de Centro de la administración de la información la atención y despacho de llamadas de emergencia de la red de telecomunicaciones de seguridad pública y el desarrollo e implementación de tecnologías aplicadas a la seguridad pública. Y según el reglamento de accesibilidad de la ciudad del Área Metropolitana de Monterrey, título II referente a las disposiciones comunes para las edificaciones, Capítulo III de los servicios, Sección X, sobre el teléfono para servicio al público, en específico el artículo 112. Están especificadas las características de los teléfonos públicos. Sin embargo, no se encontró la reglamentación que determine la existencia de estos en los espacios públicos de esta ciudad.

El espacio público es parte de ese hábitat, y a lo largo de la historia de las ciudades ha cumplido un rol central de cohesión social propiciando la integración de las personas. Sin embargo, como consecuencia de las transformaciones económicas y sociales en los centros urbanos, el rol del espacio público ha cambiado generando conflictos sociales muchas veces manifestados en la estigmatización social y/o económica que no permiten que cumpla su función social. Se producen luchas de poder por la ocupación territorial del espacio, luchas entre pares, entre distintas clases económicas, entre razas y generaciones. Por esta razón, ha aumentado la percepción que los espacios públicos son lugares de inseguridad y/o exclusión ciudadana.

En el cuadro 3.85, el 25.8% de los adultos mayores que laboraron como obreros calificados, 9.5% de quienes lo hicieron como obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 16.8% de las amas de casa han contado con este servicio en los parques próximos a sus hogares. El 26.1% que fueron profesionistas independientes, 7.1% de los que han laborado como docentes y la media porcentual aproximada del 14.8%

de quienes han trabajado como amas de casa casi siempre encuentran teléfonos en los de su barrio. 28.6% de los obreros no calificados, 12.9% de los calificados y la media porcentual aproximada del 21.4% de los docentes, algunas veces los encuentran.

Asimismo, el 35.7% de los docentes, 7.1% de los que han laborado en su propio negocio y la media porcentual aproximada del 20.3% de los que han sido profesionistas independientes, casi nunca los encuentran en los parques de sus barrios. El 35.7% de los docentes, el 13% de los que han laborado como profesionistas independientes y la media porcentual aproximada del 25.8% de quienes han trabajado como obreros calificados, nunca encuentran teléfonos de los que pudieran comunicarse en caso necesario en los parques que existen en sus vecindarios.

Oviedo y Abogabir (2000) indican que el municipio es el organismo apropiado para fomentar la sana comunicación y así disminuir la violencia entre la ciudadanía, sería muy deseable que dicha instancia administrativa se entregara a lograrlo en el Área Metropolitana de Monterrey, para así lograr disminuir la violencia que existe en esta ciudad, de esta manera los de la tercera edad estarían más motivados a pasear en los espacios públicos de sus barrios. El 22.7% de los pensionados, el 6.9% de quienes ayudan en casa por un salario y la media porcentual aproximada del 14.5% que laboran jornada completa, siempre tienen teléfonos en los parques de sus barrios. 24.7% de quienes no trabajan, 13.6% de los pensionados y la media porcentual aproximada del 21.1% de quienes laboran media jornada casi siempre encuentran teléfonos en los parques de la localidad en que habitan.

También se observa que el 44.8% de quienes ayudan en casa por una remuneración, 15.9% que laboran jornada completa y la media porcentual aproximada del 31.6% de los que trabajan media jornada, algunas veces los encuentran. El 39.1% de los que laboran jornadas completas, el 20.7% de quienes laboran en casas por una remuneración y la media porcentual aproximada del 24.7% de los adultos mayores que no laboran actualmente, nunca encuentran teléfonos para comunicarse en caso necesario en los parques de sus barrios.

Cuadro 3.85. Existen teléfonos en los parques de los barrios de los mayores, de acuerdo con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Existen teléfonos en los parques de mi barrio 35.23							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	26.2	12.6	22.3	20.9	18.0	100.0
	Mujer	26.9	15.8	25.2	16.2	15.8	100.0
Edad	60 a 74 años	27.3	13.4	24.2	18.9	16.1	100.0
	75 y más años	24.6	16.9	22.9	16.9	18.6	100.0
Estado civil	Casado	28.9	15.3	24.0	17.8	14.0	100.0
	Viudo	22.7	9.4	26.6	19.5	21.9	100.0
	Divorciado	28.2	20.5	15.4	20.5	15.4	100.0
	Soltero	24.0	20.0	16.0	16.0	24.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	33.3	7.1	22.6	20.2	16.7	100.0
	Profesionista independiente	13.0	20.3	24.6	26.1	15.9	100.0
	Funcionario administrativo	21.4	19.0	23.8	19.0	16.7	100.0
	Ama de casa	27.5	13.4	27.5	14.8	16.8	100.0
	Obrero calificado	25.8	9.7	12.9	25.8	25.8	100.0
	Obrero no calificado	33.3	14.3	28.6	14.3	9.5	100.0
	Docente	35.7	35.7	21.4	7.1	0.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	24.7	10.8	17.2	24.7	22.6	100.0
	Empleado(a) doméstico	20.7	10.3	44.8	17.2	6.9	100.0
	Labores del hogar	23.3	14.4	32.2	16.7	13.3	100.0
	Media jornada	22.8	12.3	31.6	21.1	12.3	100.0
	Jornada completa	39.1	13.0	15.9	17.4	14.5	100.0
	Pensionado	22.7	22.7	18.2	13.6	22.7	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

7.24. El tráfico vehicular dificulta y hace desagradable caminar en los barrios de los mayores

Los términos *barrio* o *vecindario* suelen tener diversas implicaciones socioculturales, si se relacionan con el término caminabilidad. Talen (2013) sostiene que un vecindario caminable es un lugar donde es placentero pasear, seguro, un espacio en que los servicios públicos están bien atendidos e implementados y es aquel provisto de las cualidades necesarias para que se convierta en un lugar en que caminar es una experiencia positiva. En el Área Metropolitana de Monterrey son pocos los barrios que cumplen con estas características y uno de los motivos es la creciente cantidad de automóviles que por ella circulan, sin que la educación vial, las características de las calles por donde circulan los autos, y el control de la circulación vial o peatonal se hayan ido adecuando en consecuencia al incremento de la cantidad de autos que circulan por esta ciudad.

En el cuadro 3.86, el 17.9% de las mujeres y el 16.5% de los varones siempre sienten que es desagradable caminar por sus barrios debido al tráfico vehicular. El 21.2% de los de 75 y más años, que vendrían a constituir el segundo grupo si dividimos la población de adultos mayores en dos, la primera de 60 a 74 años y la segunda de 75 y más, y el 13.6% de los del primer grupo, afirman que siempre tienen problemas para circular en sus barrios, debido al tráfico vehicular. El 15.5% del primer grupo y 13.6% del segundo casi siempre tienen este tipo de inconvenientes en sus barrios. 31.7% de los del primer grupo y 20.3% del segundo algunas veces tienen problemas con el tráfico vehicular en sus vecindarios, 26.1% de los del segundo grupo y 21.1% del primero casi nunca los tienen y 18.6% de los del segundo grupo y 15.8% del primero nunca los tienen.

Desde el punto de vista del estado civil de los mayores, de acuerdo con el cuadro 3.86., 32% de los solteros, 17.9% de los divorciados, 17.2% de los viudos y 16.1% de los casados, siempre tienen problemas con el tráfico vehicular al caminar por sus barrios. 20.5% de los divorciados, 16% de los solteros, 15.7% de los casados y 11.7% de los viudos casi siempre tienen este tipo de problemas. 35.9% de los divorciados, 30.5% de los viudos, 28% de los solteros y el 26.4% de los casados algunas veces tienen este tipo de problemas en sus barrios 26.6% de los viudos, 23.6% de los casados, 16% de los solteros y 7.7% de los divorciados, casi nunca tienen problemas con los autos que circulan

en sus barrios. 18.2% de los casados, 17.9% de los divorciados, 14.1% de los viudos y 8% de los solteros nunca tienen problemas con el tráfico vehicular al caminar por las aceras y parques en sus barrios.

Durante milenios las calles eran un lugar de encuentro, donde era un placer caminar. Todo cambió: desde cerca de 100 años, la llegada de los autos particulares, han reconfigurado las calles y los peatones han debido adaptarse a las consecuencias del libre tránsito vehicular por las calles otrora tranquilas y apacibles (Santuario, 2015).

En Monterrey y su Área Metropolitana, de acuerdo con los datos que muestra el cuadro 3.86., el 22.6% los adultos mayores que laboraron durante la mayor parte de sus vidas como obreros calificados, ninguno de los que lo hicieron como docentes y la media porcentual aproximada del 14.3% de quienes fueron obreros no calificados, siempre tienen problema con los automóviles al caminar por las calles y parques de sus barrios. 35.7% de quienes laboraron como docentes ninguno de los obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 17.4% de los que laboraron como profesionistas independientes casi siempre tienen problemas con los vehículos en sus barrios. 52.4% de los obreros no calificados, 25.8% de los obreros calificados y la media porcentual aproximada del 31.9% de quienes fueron profesionistas independientes, algunas veces tienen problemas con el tráfico vehicular en las calles de sus vecindarios. 28.6% de quienes han laborado como funcionarios administrativos, 9.5% de los obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 18.1% de quienes lo hicieron como amas de casa, nunca tienen problemas con los autos que transitan por las calles de sus barrios.

En el cuadro N°. 74, las personas mayores que continúan laborando, el 24.1% de los que ayudan en casa por una remuneración, el 10.1% de quienes trabajan jornada completa y la media porcentual aproximada del 14% de los que trabajan media jornada siempre tienen problemas con el tráfico vehicular en las calles de sus barrios. 20.5% de los pensionados, 11.1% de los que laboran atendiendo su propia casa y la media porcentual aproximada del 14% de los que no trabajan, casi siempre tienen problemas con los autos al caminar por las calles de sus barrios, que hasta el siglo XIX la vía pública era un lugar apacible por donde caminar (Márquez 2007). En la actualidad estas se han tenido que adaptar al tráfico vehicular. Esto se observa con claridad en las grandes ciudades donde

la capital del país al igual que en el Área Metropolitana de Monterrey y su área conurbada presentan una serie de deficiencias debido a la falta de mantenimiento. En la Ciudad de México, como breve muestra, de las 1373 personas que murieron en accidentes de tráfico en el año 2016, 861 fueron peatones.

En Monterrey 34.8% de quienes trabajan jornada completa, 23.7% de quienes no trabajan y la media porcentual aproximada del 28.1% de los adultos mayores que laboran media jornada, algunas veces tienen problemas con los automóviles cuando caminan por las calles de sus barrios. El 29.8% de los que laboran media jornada, el 13.8% de quienes laboran en casas por una remuneración y la media porcentual aproximada del 20.3% de los adultos mayores que laboran media jornada, nunca tienen problemas cuando caminan en las calles de sus barrios con los automóviles que por ellas transitan (ver cuadro 3.86.).

Cuadro 3.86. El tráfico vehicular dificulta y hace desagradable caminar de los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

El tráfico vehicular dificulta y hace desagradable caminar 35.24		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	15.0	23.8	27.2	17.5	16.5	100.0
	Mujer	17.9	21.4	29.9	12.8	17.9	100.0
Edad	60 a 74 años	15.8	21.1	31.7	15.5	15.8	100.0
	75 y más años	18.6	26.3	20.3	13.6	21.2	100.0
Estado civil	Casado	18.2	23.6	26.4	15.7	16.1	100.0
	Viudo	14.1	26.6	30.5	11.7	17.2	100.0
	Divorciado	17.9	7.7	35.9	20.5	17.9	100.0
	Soltero	8.0	16.0	28.0	16.0	32.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	15.5	17.9	27.4	22.6	16.7	100.0
	Profesionista independiente	10.1	24.6	31.9	17.4	15.9	100.0
	Funcionario administrativo	9.5	28.6	31.0	11.9	19.0	100.0
	Ama de casa	18.1	24.8	28.9	11.4	16.8	100.0
	Obrero calificado	16.1	22.6	25.8	12.9	22.6	100.0
	Obrero no calificado	23.8	9.5	52.4	0.0	14.3	100.0
	Docente	21.4	14.3	28.6	35.7	0.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	16.1	23.7	23.7	14.0	22.6	100.0
	Empleado(a) doméstico	13.8	13.8	31.0	17.2	24.1	100.0
	Labores del hogar	15.6	24.4	32.2	11.1	16.7	100.0
	Media jornada	10.5	29.8	28.1	17.5	14.0	100.0
	Jornada completa	20.3	23.2	34.8	11.6	10.1	100.0
	Pensionado	17.0	18.2	27.3	20.5	17.0	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora

7.25. La velocidad del tráfico en los barrios

Uno de los más grandes motivadores del sedentarismo en la presente época es el uso excesivo de la televisión. Existen estudios que han demostrado que existe una correlación positiva entre el mayor tiempo frente al televisor y un mayor deterioro funcional y cognitivo, así como el aumento de las enfermedades crónicas, la depresión, la disminución de la cohesión social y del compromiso de vida (Dogra, 2012). Se menciona en el diario *El Horizonte* el 16 de mayo del 2018, que en la ciudad de Monterrey se tiene el más alto índice de accidentes viales, debido a la falta de educación vial y a la imprudencia de los conductores. Es este uno de los grandes motivos de que los adultos mayores y la población en general se sientan con temor a caminar por las calles de la ciudad, particularmente por las grandes avenidas.

De acuerdo con el mencionado diario, el 21% del total de los accidentes de México, tienen lugar en la ciudad de Monterrey. Luisa Pérez Barbosa, de Movac, señala que no existe insensibilidad por parte de la población al hecho de que el exceso de velocidad puede provocar accidentes o la pérdida de la vida, y que el diseño de la ciudad incita al exceso de velocidad y que las nuevas tecnologías en los automóviles insensibilizan al exceso de velocidad a los conductores. En Monterrey, de acuerdo con los datos que nos muestra el cuadro 3.87., el 19.9% de los varones y el 17.1% de las mujeres, piensan que siempre es lento el tráfico en las calle en que viven, 21.8% de los varones y 19.7% de las mujeres, casi siempre piensan de esta manera, 29.1% de las mujeres y el 28.6% de los varones piensan que solo algunas veces el tráfico vehicular es lento en sus barrios, 19.2% de las mujeres y el 18% de los varones opinan que casi nunca es lento, 15% de la mujeres y el 11.7% de los hombres piensan que nunca es lento el tráfico en la calle en que viven. Si se observan los datos del mismo cuadro 3.87, clasificando a la población dividiendo en dos grupos de edad, el primero de 60 a 74 y el segundo de 75 y más, vemos que: 18.6% de los adultos mayores que pertenecen al segundo grupo y un porcentaje muy similar, el 18.3% de quienes se encuentran en el primer grupo siempre encuentran el flujo vehicular lento en la calle en que viven. 22.9% de quienes pertenecen al segundo grupo y 19.9% de quienes pertenece al primero, casi siempre lo encuentran lento, 33.1% de los del segundo y 27.3% de los del primer grupo, únicamente algunas veces sienten que el tráfico es lento en la calle en que habitan, 21.4% del primer grupo y 11% del primero, casi nunca sienten

que el tráfico vehicular sea lento en la calle en que viven, el 14.4% del segundo grupo y el 13% del primero nunca encuentran lento el tráfico en la calle en que tienen su hogar. En lo referente a el estado civil de los mayores el cuadro 3.87., muestra que: 25.6% de los divorciados viven en calles en que el tráfico vehicular es lento, al igual que el 19.5% de los viudos, 17.4% de los casados y 16% de quienes están divorciados. El 25.6% de los divorciados, 24% de los solteros, 23.4% de los viudos y el 18.2% de los casados, casi siempre encuentran el tráfico lento en la calle en que viven, 33.1% de los casados, 30.8% de los divorciados, 21.9% de los viudos y el 20% de los solteros, solamente algunas veces encuentran el tráfico lento en la calle en que habitan, el 22.7% de los viudos, 20% de los solteros, 16.9% de los casados y el 12.8% de los divorciados casi nunca cuentan con tráfico vehicular lento en la calle en que habitan, 20% de los solteros, 14.5% de los casados, 12.5% de los viudos y solamente el 5.1% de los divorciados nunca cuentan con tráfico vehicular lento en la calle en que habitan en Monterrey y su área Metropolitana.

Se define como carga alostática aquella asociada con la presión arterial y el ritmo cardíaco. Uno de los 5 estresores que incrementan la carga alostática en los adultos mayores es el tráfico peligroso: se ha observado que el 49.6% de los adultos mayores perciben dificultades para movilizarse debidas a la intensidad del tráfico. El 62.6 % perciben que los conductores conducen a exceso de velocidad y está demostrado que esto contribuye a la carga alostática en los de 60 y más (Morales, 2014). De acuerdo con los datos del cuadro 3.87, de acuerdo con la ocupación que han ejercido durante la mayor parte de sus vidas, los adultos mayores de Monterrey perciben que: El tráfico vehicular es lento en la calle en que viven, es percibido por el 29% de los que han laborado como obreros calificados, el 13% de los que lo han hecho como profesionistas independientes y la media porcentual aproximada del 21.4% de los que han laborado como docentes. También el 26.2% de quienes han trabajado como profesionistas independientes, el 14.3% de los obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 20.1% de quienes han sido amas de casa, consideran que casi siempre el tráfico es lento en la calle en que viven. El 38.1% de los obreros no calificados, el 22.6% de los obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 28.6%, perciben que solamente algunas veces el tráfico es lento en la calle en que viven. 24.2% de las amas de casa de 60 y más, 9.7% de los obreros calificados y la media porcentual aproximada del 16.7% de los que laboran en su propio negocio casi nunca perciben el tráfico como lento en la calle en que habitan, 19.4% de las

amas de casa, 7.1% de los docentes y los funcionarios administrativos, nunca lo perciben así.

Muchos de los adultos mayores se jubilan, otros simplemente ya no trabajan y otros más continúan trabajando después de los 59, el 31% de quienes siguen laborando en casas, percibiendo un salario, el 18.8% de los que laboran jornada completa y la media porcentual aproximada del 19.4% de quienes no trabajan, perciben el tráfico vehicular siempre lento en la calle en que viven. 26.3% de los que laboran media jornada, 13% de los que laboran jornada completa y la media porcentual aproximada del 18.9% de quienes laboran atendiendo su propia casa después de los 59 años, lo perciben lento casi siempre. Así mismo, el 34.8% de los que laboran media jornada, 24.4% de quienes atienden su propia casa y la media porcentual aproximada del 29.8% de quienes laboran media jornada algunas veces perciben como lento el tráfico vehicular en la calle en que viven. 28.9% de quienes atienden su propia casa, 6.9% de quienes ayudan en casas por una remuneración y la media porcentual aproximada del 17.4% de los que continúan laborando jornada completa después de los 59, casi nunca tienen tráfico lento en la calle en que habitan. El 16.1% de quienes no trabajan, el 5.3% de los que lo hacen durante media jornada y la media porcentual aproximada del 11.4% de quienes están pensionados, nunca perciben el tráfico vehicular como lento en la calle en que habitan (ver cuadro 3.87).

Cuadro 3.87. La velocidad del tráfico vehicular es lenta en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Generalmente la velocidad del tráfico es lenta en mi barrio 35.25							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	11.7	18.0	28.6	21.8	19.9	100.0
	Mujer	15.0	19.2	29.1	19.7	17.1	100.0
Edad	60 a 74 años	13.0	21.4	27.3	19.9	18.3	100.0
	75 y más años	14.4	11.0	33.1	22.9	18.6	100.0
Estado civil	Casado	14.5	16.9	33.1	18.2	17.4	100.0
	Viudo	12.5	22.7	21.9	23.4	19.5	100.0
	Divorciado	5.1	12.8	30.8	25.6	25.6	100.0
	Soltero	20.0	20.0	20.0	24.0	16.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	14.3	16.7	33.3	16.7	19.0	100.0
	Profesionista independiente	11.6	17.4	31.9	26.1	13.0	100.0
	Funcionario administrativo	7.1	23.8	28.6	26.2	14.3	100.0
	Ama de casa	14.1	24.2	23.5	20.1	18.1	100.0
	Obrero calificado	19.4	9.7	22.6	19.4	29.0	100.0
	Obrero no calificado	9.5	14.3	38.1	14.3	23.8	100.0
	Docente	7.1	14.3	35.7	21.4	21.4	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	16.1	17.2	24.7	22.6	19.4	100.0
	Empleado(a) doméstico	6.9	6.9	34.5	20.7	31.0	100.0
	Labores del hogar	15.6	28.9	24.4	18.9	12.2	100.0
	Media jornada	5.3	19.3	29.8	26.3	19.3	100.0
	Jornada completa	15.9	17.4	34.8	13.0	18.8	100.0
	Pensionado	11.4	14.8	30.7	23.9	19.3	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora

7.26. La velocidad vehicular excesiva en los barrios

En el Área Metropolitana de Monterrey, la falta de presencia de las autoridades y la manera en que las existentes fomentan el incumplimiento de las normas y reglas de tránsito, ha suscitado el temor de los adultos mayores y de la población en general ante la disyuntiva de pasear en la vía pública. El cuadro 3.88 muestra cómo los adultos mayores perciben la velocidad del tráfico vehicular en el barrio en que viven. El 21.4% de las mujeres y el 19.9% de los varones piensan que la velocidad de los automóviles que circulan en sus barrios siempre es excesiva, 19.2% de las mujeres y 17.5% de los hombres piensan que casi siempre lo es, 31.6% de los varones y 26.5% de las mujeres que algunas veces es excesiva, 18.4% de las mujeres y 18% de los hombres que casi nunca y 14.5% de mujeres y 13.1% de hombres piensan que nunca es excesiva.

Si se divide la población de los de 60 y más en dos grupos, el primero de 60 a 74 y el segundo de 75 y más, 27.1% del segundo grupo y 18.3% del primero perciben como excesiva la velocidad de los automóviles en el barrio en que habitan, 21.1% del primer grupo y 9.3% del segundo casi siempre, 33.1% de los del segundo y 27.3% del primero piensan que algunas veces es excesiva, 21.2% del segundo grupo y 17.1% del primero, piensan que en sus barrios la velocidad de los automóviles casi nunca es excesiva, 15.5% de los del primer grupo de edad y el 9.3% de los del segundo, nunca tienen problemas con el exceso de velocidad de los vehículos en sus barrios.

Frente los datos del cuadro 3.78. respecto al estado civil de los de 60 y más el 32% de los solteros, 25.6% de los divorciados, 22.7% de los casados y el 13.3% de los viudos, siempre tienen problemas de exceso de velocidad de los vehículos que circulan por sus barrios; 25.6% de los divorciados, 20% de los solteros, 18% de los viudos y el 16.9% de quienes están casados, casi siempre tienen este tipo de problemas en sus barrios. 35.2% de los viudos, 27.7% de los casados, 20% de los solteros y el 17.9% de los divorciados algunas veces perciben vehículos con exceso de velocidad en el barrio en que habitan; 21.9% de los viudos, 19% de los casados, 16% de los solteros y 5.1% de los divorciados casi nunca perciben automóviles a exceso de velocidad en sus vecindarios. El 25.6% de los divorciados, 13.6% de los casados, 12% de los solteros y el 11.7% de los viudos nunca lo perciben así en sus barrios.

En los reglamentos de tránsito de aquellas ciudades en que desde hace tiempo se han empezado a implementar las medidas pertinentes para facilitar la circulación de los adultos mayores en la vía pública se estipula que, quienes conducen vehículos en las vías públicas, deben tener un profundo conocimiento de las normas y señalamientos, que existen y que determinan el seguro y confortable tránsito tanto vehicular como peatonal en los espacios en que conducen en especial aquellas relacionadas con la seguridad, como lo son la velocidad y preferencias en las calles de los espacios públicos en que transitan, (Dirección General de Tráfico, 2015).

En la ciudad de Monterrey, el 29% de los adultos mayores que han laborado como obreros calificados, el 9,5% de los que lo han hecho como obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 19% de los funcionarios administrativos y quienes han trabajado en su propio negocio, siempre perciben que los vehículos acceden los límites de velocidad en el vecindario en que habitan. 26.2% de los funcionarios públicos, 9.5% de los obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 15.5% de los que han atendido su propio negocio, casi siempre perciben que los automovilistas exceden los límites de velocidad en sus barrios. 38.7% de quienes han laborado como obreros calificados, 7.1% de los que lo han hecho como docentes y la media porcentual aproximada del 26.1% de los profesionistas independientes algunas veces perciben automóviles a exceso de velocidad en sus vecindarios. 42.9% de los que han laborado como docentes, 6.5% de los que lo han hecho como obreros calificados y la media porcentual aproximada del 22.8% de quienes han laborado como amas de casa, casi nunca encuentran automóviles a exceso de velocidad en sus barrios.

Así mismo el 19% de los que tienen su propio negocio y de los obreros no calificados, el 3.2 % de los obreros calificados y la media porcentual aproximada del 7.1% de los docentes nunca encuentran autos a exceso de velocidad en las calles del vecindario en que viven. Desde hace algunas décadas la violencia urbana ocupa un lugar importante en las agendas tanto de los gobiernos locales como en la de quienes dirigen las estructuras políticas internacionales, a lo largo de la historia el entorno público urbano ha jugado un papel importante en la convivencia y cohesión sociales, en las últimas décadas como consecuencia de las transformaciones económicas y sociales los espacios públicos se han convertido en entornos generadores de conflicto y espacios en que se llevan a cabo luchas

de poder, interracial, intergeneracional y entre los distintos estratos socioeconómicos (Maray, 2014).

Si se analiza el cuadro 3.88., en la parte en que muestra la presencia de autos que exceden los límites de velocidad en los barrios de los de 60 y más, se observa que en todos los casos los mayores porcentajes corresponden a la opinión de que los vehículos algunas veces exceden los límites de velocidad en los vecindarios en que habitan los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey. El 24.6% de los que después de los 59 continúan laborando media jornada, el 18.2% de quienes actualmente están pensionados y la media porcentual aproximada del 20.3% de los que laboran jornada completa, siempre encuentran autos circulando a exceso de velocidad en sus barrios.

También se observa que el 24.1% de quienes laboran en casa por una remuneración, el 17.4% de los que laboran jornada completa y la media porcentual aproximada del 19.3% de los que lo hacen media jornada casi siempre encuentran autos a exceso de velocidad en las calles del lugar en que habitan. El 33% de los que están pensionados, el 24.1% de quienes ayudan en casa por una remuneración y la media porcentual aproximada del 29.8% de los que laboran en la actualidad media jornada algunas veces encuentran autos que exceden la velocidad en su barrio. El 26.7% de quienes atienden su propia casa, 12.9% de los que no trabajan y la media porcentual aproximada del 19.3% de los que laboran media jornada casi nunca los encuentran. El 20.3% de los que laboran jornada completa, 3.4% de quienes ayudan en casa por un salario y la media porcentual aproximada del 11.4% de los pensionados, piensan que la mayoría de los conductores superan los límites fijados de velocidad en sus barrios, (ver cuadro 3.88.).

De acuerdo con los datos publicados por el Institute for Economics & Peace (2017), en una escala del 1 al 5, en que el 1 está asignado para los países con menores índices de violencia y el 5 para los de mayores índices de violencia, con base a tres indicadores: el nivel de seguridad pública; la existencia de conflictos domésticos e internacionales y el grado de militarización. Islandia tiene el nivel más pacífico con una calificación de 1.1, Siria el más alto con 3.8; en América Latina, el menor lo tiene Chile con 1.59, y los mayores lo tienen: Colombia con 2.77, Venezuela con 2.65 y México con 2.64. El nivel de inseguridad en la vía pública parece jugar un papel importante en el hecho de que los adultos mayores no se aventuren con la debida frecuencia a pasear en la vía pública en el

Área Metropolitana de Monterrey, de acuerdo con los datos que se han interpretado en los resultados de esta encuesta.

Cuadro 3.88. La velocidad del tráfico vehicular es excesiva en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

La velocidad del tráfico es excesiva 35.26							
		Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	Total
Sexo	Varón	13.1	18.0	31.6	17.5	19.9	100.0
	Mujer	14.5	18.4	26.5	19.2	21.4	100.0
Edad	60 a 74 años	15.5	17.1	27.3	21.7	18.3	100.0
	75 y más años	9.3	21.2	33.1	9.3	27.1	100.0
Estado civil	Casado	13.6	19.0	27.7	16.9	22.7	100.0
	Viudo	11.7	21.9	35.2	18.0	13.3	100.0
	Divorciado	25.6	5.1	17.9	25.6	25.6	100.0
	Soltero	12.0	16.0	20.0	20.0	32.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	19.0	10.7	35.7	15.5	19.0	100.0
	Profesionista independiente	13.0	20.3	26.1	23.2	17.4	100.0
	Funcionario administrativo	9.5	16.7	28.6	26.2	19.0	100.0
	Ama de casa	12.1	22.8	27.5	15.4	22.1	100.0
	Obrero calificado	3.2	6.5	38.7	22.6	29.0	100.0
	Obrero no calificado	19.0	28.6	33.3	9.5	9.5	100.0
	Docente	7.1	42.9	7.1	21.4	21.4	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	18.3	12.9	32.3	18.3	18.3	100.0
	Empleado(a) doméstico	3.4	24.1	24.1	24.1	24.1	100.0
	Labores del hogar	12.2	26.7	24.4	17.8	18.9	100.0
	Media jornada	7.0	19.3	29.8	19.3	24.6	100.0
	Jornada completa	20.3	15.9	26.1	17.4	20.3	100.0
	Pensionado	11.4	17.0	33.0	20.5	18.2	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora

7.27. Iluminación en el espacio público

Uno de cada tres adultos mayores, suelen caer de su propia altura una vez al año, y la mitad de esos percances son graves, como sufrir fractura de cadera que suele imposibilitar al adulto mayor para poder caminar con normalidad en lo sucesivo. 30 o 40% de las caídas se pueden prevenir. Llama la atención que el 62.23% de ellas se producen en habitaciones, 22.5% en áreas de ocio, 2.65 en lavabos, y únicamente 3.05 en exteriores. Esta cantidad está asociada a la presencia de luz del día, ya que durante la noche se producen mayores debido a las deficiencias ópticas de los mayores en combinación con una iluminación inadecuada podrían cambiar también las cifras en los espacios exteriores, las sombras, los reflejos, los huecos y las superficies (techos, paredes o pisos oscuros, suelen crear distorsiones en la percepción de los espacios que ocasionalmente propician las caídas, existe un sistema de iluminación “biológicamente eficiente” diseñado tomando en cuenta las características de la iluminación natural y el biorritmo de los seres humanos (Becker, 2012).

En el cuadro 3.89, únicamente el 26.9% de las mujeres y el 26.7% de los varones piensan que siempre cuentan con iluminación nocturna en las calles de sus barrios. 30.6% de los hombres y 23.1% de las mujeres mayores de edad piensan que casi siempre reconocen este tipo de iluminación en sus vecindarios, 31.7% de las mujeres y 27.2% de los varones opinan que sus vecindarios están bien iluminados por la noche. 8.7% de los varones y 8.5% de las mujeres opinan que casi nunca es buena la iluminación en sus barrios por la noche, 10.3% de las mujeres y 6.8% de los hombres piensan que nunca existe una buena iluminación nocturna en el vecindario en que habitan.

No se encuentra una diferencia significativa entre las personas mayores de edad, si se separa en dos rangos de edad el grupo de los encuestados, el primero de 60 a 74 y el segundo de 75 y más, en lo referente a la opinión que expresan acerca de la iluminación nocturna del barrio en que habitan. El 17.1% de los del segundo grupo y el 26.7% del primero siempre cuentan con buena iluminación nocturna en los barrios en que habitan. 31.4% de los del segundo grupo y 24.8% del primero casi siempre cuentan con ella, 30.7% de los del primer grupo y 25.4% del segundo algunas veces tienen buena iluminación nocturna en sus barrios. El 9.3% de los que pertenecen al segundo grupo y el 8.4% del

primero casi nunca cuentan con ella, 9.3% de los que pertenecen al primer grupo y 6.8% de quienes pertenecen al segundo nunca cuentan con buena iluminación nocturna en sus barrios.

De acuerdo con los datos que muestra el cuadro 3.89, existen diferencias significativas en cuanto a la iluminación nocturna de los barrios en que habitan los adultos mayores en el Área Metropolitana de Monterrey: respecto al estado civil 52% de los solteros de 60 y más, 27.3% de los casados, 25% de los viudos y 15.4% de los divorciados siempre tienen buena iluminación nocturna en sus vecindarios, 43.6% de quienes están divorciados, 31.3% de los viudos, 21.9% de los casados y 20% de los solteros, casi siempre tienen buena iluminación nocturna en sus barrios.

Además, el 31.4% de los casados, 30.8% de los divorciados, 28.1% de los viudos y 16% de los solteros, algunas veces tienen buena iluminación nocturna en las calles de sus barrios, 10% de los casados, 8.6% de los viudos, 4% de los solteros y 2.6% de los divorciados casi nunca tienen buena iluminación en las calles aledañas a sus hogares, 9.1% de los casados, 8% de los solteros, 7.7% de los divorciados y 7% de los viudos nunca la tienen. Guerrero (2016, p. 418), menciona que “las barreras arquitectónicas, como iluminación inadecuada, suelos resbaladizos, superficies irregulares, espacios reducidos, mobiliario inadecuado” son algunas de las principales causas de las caídas que sufren los de 60 y más y que aunado a ello, se presentan consecuencias como la inhabilidad física, miedo a volverse a caer y el consecuente aislamiento que casi siempre deriva en depresión de los mayores.

La Norma Oficial Mexicana NOM-031-SSA3-2012, en su párrafo 4.2 diferencia a los adultos mayores de la persona adulta al considerar a ésta última que su edad se comprenderá entre los 18 y los 59 años con 11 meses (11). Los de 60 y más se consideran como grupo vulnerable y se asume que son más propensos a las caídas y que estas pueden tener graves consecuencias económicas para la persona que las sufre, para su familia y en última instancia, para las instituciones encargadas del bienestar poblacional desde el enfoque sanitario. De acuerdo con los datos de la Organización Mundial de la Salud 2010, los traumatismos ocasionados por caídas son la principal causa de muerte de los adultos mayores y su mayor incidencia ocurre en los países no desarrollados (STCONAPRA, 2016).

En el cuadro 3.89 el 42.9% de los que han laborado como docentes, el 19% de los obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 31% de los adultos mayores que la mayor parte de su vida laboral han trabajado en su propio negocio, siempre cuentan con iluminación nocturna en sus barrios. 41.9% de los que han laborado como obreros calificados, el 19% de quienes lo hicieron como obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 31.9% de quienes han laborado como profesionistas independientes, casi siempre encuentran buena iluminación nocturna en los espacios exteriores de sus barrios.

También, el 39.1% de los que han laborado como profesionistas independientes, el 14.3% de quienes lo han hecho como docentes y la media porcentual aproximada del 26.2% de los mayores que han laborado como funcionarios administrativos, algunas veces cuentan con buena iluminación nocturna en el barrio en que habitan. El 21.4% de los mayores que han laborado como docentes, el 3.2% de quienes lo han hecho como obreros calificados y la media porcentual aproximada del 14.3% de quienes han laborado como funcionarios administrativos, casi nunca cuentan con una buena iluminación nocturna en sus vecindarios. El 33.3% de los obreros no calificados, ninguno de quienes han laborado como docentes, nunca cuentan con buena iluminación nocturna en el barrio en que habitan.

Las personas con deficiencia visual es uno de los problemas más comunes en los mayores de edad, requieren de una adecuada iluminación y cuidado con la proyección de sombras en las calles de los barrios en que habitan tanto durante el día como durante la noche. La adecuada iluminación es una de las características de las calles que facilitan la caminabilidad de todas las personas y tienen especial proyección para ser confortables para aquellos que componen los grupos vulnerables (Burton, 2006). El 33% de los adultos mayores que laboran media jornada, el 21.7% de quienes laboran jornada completa y la media porcentual aproximada del 24.4% de quienes atienden su propia casa, siempre cuentan con buena iluminación nocturna en sus barrios. 33.3% de quienes laboran jornada completa, 19.4% de quienes no laboran y la media porcentual aproximada del 25.6% de quienes laboran atendiendo su propia casa casi siempre cuentan con buena iluminación nocturna en el lugar en que habitan.

Asimismo, el 37.8% de quienes atienden su propia casa, el 19.4% de los que no trabajan y la media porcentual aproximada del 28.1% que continúan laborando media jornada, algunas veces cuentan con buena iluminación nocturna en sus vecindarios. 11.6% de los que continúan laborando jornada completa, el 5.3% de los que lo hacen media jornada y la media porcentual aproximada del 7.5% de quienes no trabajan, casi nunca tienen buena iluminación nocturna en sus vecindarios. 13.8% de los que laboran ayudando en casas por un salario, 3.5% de quienes laboran media jornada y la media porcentual aproximada del 6.7% de quienes atienden su propia casa, nunca cuentan con iluminación nocturna adecuada en los barrios en que habitan (ver el cuadro 3.89.).

Cuadro 3.89. Existe iluminación nocturna en los barrios de los mayores, Monterrey, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey 2017

Existe iluminación nocturna 35.27							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	6.8	8.7	27.2	30.6	26.7	100.0
	Mujer	10.3	8.5	31.2	23.1	26.9	100.0
Edad	60 a 74 años	9.3	8.4	30.7	24.8	26.7	100.0
	75 y más años	6.8	9.3	25.4	31.4	27.1	100.0
Estado civil	Casado	9.1	10.3	31.4	21.9	27.3	100.0
	Viudo	7.0	8.6	28.1	31.3	25.0	100.0
	Divorciado	7.7	2.6	30.8	43.6	15.4	100.0
	Soltero	8.0	4.0	16.0	20.0	52.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	7.1	7.1	27.4	27.4	31.0	100.0
	Profesionista independiente	1.4	7.2	39.1	31.9	20.3	100.0
	Funcionario administrativo	7.1	14.3	26.2	23.8	28.6	100.0
	Ama de casa	8.7	7.4	34.2	25.5	24.2	100.0
	Obrero calificado	6.5	3.2	16.1	41.9	32.3	100.0
	Obrero no calificado	33.3	9.5	19.0	19.0	19.0	100.0
	Docente	0.0	21.4	14.3	21.4	42.9	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	10.8	7.5	30.1	19.4	32.3	100.0
	Empleado(a) doméstico	13.8	10.3	13.8	31.0	31.0	100.0
	Labores del hogar	6.7	5.6	37.8	25.6	24.4	100.0
	Media jornada	3.5	5.3	28.1	29.8	33.3	100.0
	Jornada completa	10.1	11.6	23.2	33.3	21.7	100.0
	Pensionado	4.5	11.4	30.7	29.5	23.9	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora

7.28. Peatones y ciclistas en las calles de los barrios

Existen en países como Suecia, programas vecinales enfocados a la prevención de la delincuencia en los barrios, donde los adultos mayores podrían contribuir grandemente en esta tarea. Si se fomenta el conocimiento entre vecinos y se comunica a estos con instituciones como la policía y el municipio se puede reducir hasta en una tercera parte la delincuencia y la inseguridad en el vecindario. Los adultos mayores al permanecer en sus casas pueden ser de las personas idóneas para vigilar su casa, las de sus vecinos y las áreas que tienen en común, como lo son las de aparcamiento. Para esto debe fomentarse la comunicación entre quienes son asignados explícitamente a estas tareas y las autoridades de los municipios (Ordförrådet, 2016). Poder estar al pendiente de quienes caminan o circulan en bicicleta es importante para lograr llevar a cabo estas tareas, en el Área Metropolitana de Monterrey. Menos del 25% de la población tiene posibilidades de ver quienes transitan por las aceras del barrio en que habitan (ver la figura 3.95.).

De acuerdo con los datos del cuadro 3.90, el 24.8% de la población son quienes siempre tienen la posibilidad de ver a los peatones y ciclistas que circulan por el barrio desde sus hogares. El 27.8% de las mujeres y el 26.2% de los varones, casi siempre. 27.2% de los varones y 25.2% de las mujeres algunas veces pueden hacerlo. El 11.7% de los varones y el 11.5% de las mujeres, casi nunca pueden y el 10.7% de las mujeres y 10.2% de los varones, nunca pueden ver a los caminantes o ciclistas que transitan por sus barrios desde sus hogares. Si se divide a los adultos mayores en dos grupos de edad, el primero de 60 a 74 y el segundo de 75 y más, existen algunas diferencias, cosa que como se puede observar no ocurre si se divide la población por sexo. Así mismo, el 29.7% de los del segundo grupo de edad y el 23% del primero, son quienes siempre tienen acceso visual a las calles de sus barrios desde sus hogares, 28.3% de los del primer grupo y 23.7% del segundo, casi siempre pueden ver hacia las calles de sus barrios desde sus hogares, 28.3% de los del primer grupo y 20.3% del segundo algunas veces pueden hacerlo, 13.6% de los del segundo y 10.9% del primero son quienes casi nunca pueden ver a las calles de su barrio desde sus hogares, 12.7% del segundo grupo y 9.6% del primero, nunca pueden ver las calles de sus vecindarios desde el lugar en que viven.

Si se analiza ahora a la población de los mayores desde la perspectiva del estado civil, el 32% de los solteros, 24.8% de casados, 23.4% los viudos y el 17.9% de divorciados, siempre pueden ver quienes caminan o transitan en bicicleta en sus barrios desde sus hogares. 28.9% de los viudos, 28.2% los divorciados, 26.9% casados y 20% de los solteros, casi siempre tienen acceso visual a las calles de sus barrios. 38.5% de los divorciados, 26.4% de los casados, 25% los viudos y 12% de los solteros, algunas veces pueden ver a las personas que transitan a pie o en bicicleta por sus vecindarios. 24% de los solteros, 14.8% de los viudos, 10.3% de los casados y 2.6% de los divorciados, casi nunca pueden. 12.8% de los divorciados, 12% de los solteros, 11.6% de los casados y 7.8% de los viudos, nunca pueden ver quienes caminan o pasean en bicicleta por las calles de sus barrios. Lunecke (2009), a pesar del marcado incremento de los índices de violencia y delincuencia en las ciudades de América Latina, aún se encuentran las medidas preventivas en temas de clasificación, estudio de las consecuencias y el costo que implican, tanto la delincuencia y la inseguridad, como el implementar las medidas pertinentes para solucionarlas.

Una manera poco costosa, probada y que da estupendos resultados, sería la vigilancia de los vecindarios por los propios vecinos. Los adultos mayores, por su preparación, por el tiempo que permanecen en sus hogares y por beneficio personal propio, ya que se sentirían útiles y tendrían la posibilidad de integrarse a sus comunidades de forma proactiva, serían las personas ideales para llevar a cabo y dirigir estas tareas (Lunecke, 2009).

Continuando con el análisis del cuadro 3.90 desde la perspectiva laboral de los adultos mayores, quienes siempre tienen la posibilidad de ver a los que pasean en bicicleta o a pie por las calles de sus barrios son el 33.3% de los que han laborado como funcionarios públicos, ninguno de quienes lo han hecho como docentes y la media porcentual aproximada del 17.4% de quienes han laborado como profesionistas independientes. El 38.1% de los obreros no calificados, el 16.7% de los que han sido funcionarios administrativos y la media porcentual aproximada del 28.6% de los docentes, caso siempre pueden ver a los paseantes de sus barrios desde sus casas.

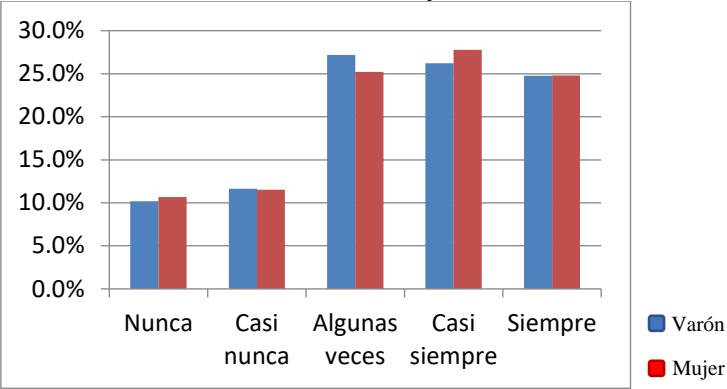
También el 42.9% de los que han laborado como docentes, el 19% de quienes lo han hecho como obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 28.6% de

quienes han laborado en su propio negocio, algunas veces pueden ver a quienes transitan por las calles de sus vecindarios desde su hogar. 21.4% de los docentes, 7.1% de quienes han laborado en su propio negocio y la media porcentual aproximada del 13.4% de las que han laborado como amas de casa, casi nunca pueden ver desde sus hogares a quienes pasean por sus barrios. 19% de los obreros no calificados, 6.5% de quienes han laborado como obreros calificados y la media porcentual aproximada del 10.7% de quienes han laborado en sus propios negocios, nunca pueden ver a quienes transitan a pie o en bicicleta por las calles de sus barrios.

Si se observa a la población de los mayores desde su situación laboral actual, de acuerdo con los datos del cuadro 3.90, el 27.8% de quienes atienden su propia casa, el 18.8% que laboran jornada completa y la media porcentual aproximada del 21.1% de los que laboran media jornada, son quienes siempre pueden ver a quienes caminan o pasean en bicicleta por las calles del barrio en que viven, desde sus hogares. El 28.4% de quienes están pensionados, el 17.25 de quienes ayudan en casas por una remuneración y la media porcentual aproximada del 23.7% de los de 60 y más que no trabajan, casi siempre pueden ver desde sus casas a quienes transitan a pie o en bicicleta por sus vecindarios.

El 31.2% de los que no trabajan, 22.8% de los que laboran media jornada y la media porcentual aproximada del 26.1% que están pensionados algunas veces pueden verlos. 17.2% de quienes ayudan en casas por una remuneración, 9.1% pensionados, y la media porcentual aproximada del 14.5% de los que laboran media jornada casi nunca pueden ver a quienes transitan por las calles de sus barrios. 14.5% de los que trabajan jornada completa, 7.5% de los que no trabajan y la media porcentual aproximada del 9.1% de quienes están jubilados, nunca pueden ver fácilmente a los caminantes y ciclistas que transitan por las calles de sus barrios” (ver cuadro 3.90.).

Figura 3.95. Los caminantes y ciclistas en las calles de los barrios de los mayores pueden ser vistos con facilidad desde los hogares de los vecinos., en relación con su sexo, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora

Cuadro 3.90. Los caminantes y ciclistas en las calles de los barrios de los mayores pueden ser vistos con facilidad desde los hogares de los vecinos., en relación con las características sociodemográficas de los de 60 y más. Monterrey, 2017

Ciclistas y peatones pueden verse desde casa 35.28							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	10.2	11.7	27.2	26.2	24.8	100.0
	Mujer	10.7	11.5	25.2	27.8	24.8	100.0
Edad	60 a 74 años	9.6	10.9	28.3	28.3	23.0	100.0
	75 y más años	12.7	13.6	20.3	23.7	29.7	100.0
Estado civil	Casado	11.6	10.3	26.4	26.9	24.8	100.0
	Viudo	7.8	14.8	25.0	28.9	23.4	100.0
	Divorciado	12.8	2.6	38.5	28.2	17.9	100.0
	Soltero	12.0	24.0	12.0	20.0	32.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	10.7	7.1	28.6	32.1	21.4	100.0
	Profesionista independiente	10.1	13.0	27.5	31.9	17.4	100.0
	Funcionario administrativo	7.1	16.7	26.2	16.7	33.3	100.0
	Ama de casa	8.7	13.4	27.5	24.8	25.5	100.0
	Obrero calificado	6.5	9.7	25.8	25.8	32.3	100.0
	Obrero no calificado	19.0	9.5	19.0	38.1	14.3	100.0
	Docente	7.1	21.4	42.9	28.6	0.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	7.5	10.8	31.2	23.7	26.9	100.0
	Empleado(a) doméstico	13.8	17.2	31.0	17.2	20.7	100.0
	Labores del hogar	8.9	11.1	25.6	26.7	27.8	100.0
	Media jornada	8.8	10.5	22.8	36.8	21.1	100.0
	Jornada completa	14.5	14.5	23.2	29.0	18.8	100.0
	Pensionado	9.1	9.1	26.1	28.4	27.3	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora

7.29. Hay cruces peatonales para ayudar a los caminantes a atravesar las calles en los barrios de los mayores

A principios del siglo XX, la aparición y proliferación de los automóviles particulares, se convirtieron en todo un reto para los desarrollos urbanos, la meta era trasladarse más rápido en menos tiempo, aumentaron los problemas derivados de este hecho, como lo son las horas pico, los congestionamientos, es decir se originó el caos vial, el tener un auto se convirtió en una necesidad, para lograr tener una movilidad adecuada a las circunstancias de la vida urbana cotidiana. La mayor parte de los egresos del gobierno en materia vial, se dedican a la movilidad del automóvil, haciendo caso omiso a la movilidad peatonal o a la no motorizada. Los estudios que se llevan a cabo en lo referente a la movilidad se limitan a términos cuantitativos, dejando de lado la experiencia experimentada por las personas al desplazarse en las zonas urbanas, se centran en los recorridos a las áreas laborales de los ciudadanos, se descuida el análisis de los recorridos que muchos realizan en el entorno próximo a sus hogares. En particular las personas como los jubilados y adultos mayores, las personas que no trabajan, los niños y las mujeres amas de casa, cuyos desplazamientos cotidianos suelen ser más cerca del lugar en que habitan, o bien los desplazamientos que deben de hacer en las proximidades de sus barrios quienes antes o después se dirigieron a sus zonas de trabajo.

Hace falta estudios en México en los que lo importante no sea el viaje, sino la experiencia que se tiene durante el mismo. Aunque en los reglamentos de tránsito se estipula la prioridad de los peatones, esto no se respeta. Es en estos casos en los que los cruces peatonales se vuelven en un punto crucial para la correcta interacción de aquellos que conducen un vehículo motorizado y aquellos que transitan en uno no motorizado o a pie (Pérez, 2014). Existen dos cosas que cuidar en estos lugares, uno la implementación de un buen diseño urbano en los cruces y ubicarlos estratégicamente según sea el caso y por otro la educación vial necesaria para que sean asertivamente bien utilizados.

La figura 3.96, muestra que únicamente alrededor del 20% de los adultos mayores que viven en Monterrey cuentan siempre con cruces peatonales adecuados en sus barrios. Analizando los datos proporcionados por el cuadro 3.91, el 21.4% de los varones y el 18.8% de las mujeres siempre cuentan con cruces peatonales para ayudar a los caminantes

a cruzar las calles en sus barrios. Si se divide la población de los de 60 y más en dos grupos, el primero de 60 a 74 y el segundo de 75 y más, en el cuadro 3.91 y la figura 3.96, el 21.2% de quienes pertenecen al segundo grupo de edad y el 19.6% del primero, siempre encuentran cruces peatonales adecuados en sus barrios. el 23% de los del primer grupo y el 19.5% del segundo, casi siempre los encuentran.

Así mismo, el 21.2% de los que pertenecen al segundo grupo de edad y el 18.9% de los que pertenecen al primero, solamente algunas veces encuentran pasos peatonales adecuados en sus barrios. 17.7% de quienes pertenecen al primer grupo y 15.3% del segundo, casi nunca encuentran cruces peatonales adecuados en sus barrios. Mientras que los mayores porcentajes se encuentran entre aquellos que nunca encuentran pasos peatonales adecuados en sus barrios, como lo son el 22.9% de los que pertenecen al segundo grupo y el 20.8% de los del primero.

Prosiguiendo con el análisis de los datos que arroja el cuadro 3.91 desde la perspectiva del estado civil de los mayores, el 40% de los solteros de 60 y más, 20.7% de los casados, 17.9% de los divorciados y el 14.8% de los viudos, siempre cuentan con cruces peatonales adecuados en sus barrios. 30.8% de los divorciados, 22.7% de los viudos, 21.1% de los casados y el 16% de los solteros, casi siempre los encuentran. El 25.6% de los divorciados, 21.1% de los viudos, 16% de los solteros y el 16% de los solteros, algunas veces tienen cruces peatonales adecuados en sus vecindarios. 21.9% de los viudos, 16% de los solteros, 15.4% de los divorciados y 15.3% de los casados, casi nunca los encuentran y 25.2% de los casados, 19.5% de los viudos, 12% de quienes están solteros y el 10.3% de los divorciados, nunca encuentran cruces peatonales para ayudar a los caminantes a cruzar las calles de sus barrios.

Es urgente en el Área Metropolitana de Monterrey llevar a cabo una intensa campaña educativa, lograr la concientización de los peatones, de que deben cruzar por los lugares indicados. Por otro lado, estos lugares deben estar señalados adecuadamente y de manera igual en todos los lugares en que se requieran a lo largo del Área Metropolitana de Monterrey, se debe concientizar a los que conducen vehículos motorizados de que no solamente en estas áreas, sino siempre el peatón tiene la preferencia (Ministerio del Interior, Dirección General de Tráfico, Subdirección General de Intervención y Políticas Viales, Unidad de Intervención Educativa. *Los Peatones*. Madrid, 2012.).

Si se analizan los datos que se presentan en el cuadro 3.91. en lo referente a la cuestión laboral de los adultos mayores, se observa que: 28.6% de quienes han laborado a lo largo de sus vidas en su propio negocio, 7.2% de quienes lo han hecho como profesionistas independientes y la media porcentual aproximada del 19.4% de los que han laborado como obreros no calificados, nunca encuentran cruces peatonales adecuados en el vecindario en que viven.

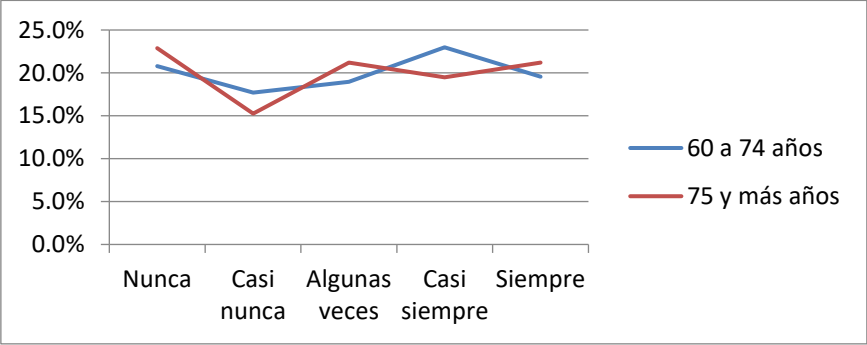
Por otra parte, el 23.8% de los obreros no calificados, el 6.5% de los obreros calificados y la media porcentual aproximada del 14.5% que han laborado como profesionistas independientes, casi nunca encuentran cruces peatonales adecuados en sus barrios. 23.8% de quienes han laborado como funcionarios administrativos, 14.3% que lo han hecho como obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 19.4% de quienes han sido obreros calificados, algunas veces encuentran cruces peatonales adecuados en sus barrios. 35.7% de los adultos mayores que han laborado como docentes, 13.4% de quienes lo han hecho como amas de casa y la media porcentual aproximada del 23.8% de los que han laborado como obreros no calificados, casi siempre los encuentran.

El 25.8% de los obreros calificados, ninguno de quienes han laborado como docentes y la media porcentual aproximada del 14.3% de los que han laborado como obreros no calificados, siempre encuentran en sus barrios cruces peatonales bien diseñados. Deben existir en las intersecciones varios elementos para favorecer la caminabilidad de un barrio: rampas peatonales bien diseñadas, los lugares de espera resguardados y señalados, estar señaladas las rayas de cruce y las de alto y existir semáforos peatonales seguros, (Mercado, 2017). En Monterrey el 29% de las personas de 60 y más que no trabajan, el 14.8% de los que están pensionados y la media porcentual aproximada del 18.9% de quienes atienden su propia casa, casi siempre encuentran cruces peatonales adecuados en sus barrios. 36.8% que laboran media jornada, 11.8% de quienes no trabajan y la media porcentual aproximada del 21.7% que laboran jornada completa, casi siempre los encuentran.

También el 31% de los que ayudan en casa a cambio de un salario, el 13% de quienes laboran jornada completa y la media porcentual aproximada del 21.5% los que no trabajan, algunas veces los encuentran. 24.6% de los que laboran jornada completa, 10.3%

de los que ayudan en casa por un salario y la media porcentual aproximada del 17.5% de los que trabajan media jornada, casi nunca los encuentran y 27.6% de quienes ayudan en casa a cambio de un salario, 12.3% de quienes laboran media jornada y la media porcentual aproximada del 21.6% de pensionados, viven en vecindarios en que nunca hay cruces peatonales (ver cuadro 3.91.).

Figura 3.96. Hay cruces peatonales para ayudar a los caminantes a cruzar las calles en los barrios de los mayores., en relación con su rango de edad. Monterrey, 2017.



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

Cuadro 3.91. Hay cruces peatonales para ayudar a los caminantes a cruzar las calles en los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Hay cruces peatonales en mi barrio 35.29		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	18.4	14.6	19.9	25.7	21.4	100.0
	Mujer	23.9	19.2	19.2	18.8	18.8	100.0
Edad	60 a 74 años	20.8	17.7	18.9	23.0	19.6	100.0
	75 y más años	22.9	15.3	21.2	19.5	21.2	100.0
Estado civil	Casado	25.2	15.3	17.8	21.1	20.7	100.0
	Viudo	19.5	21.9	21.1	22.7	14.8	100.0
	Divorciado	10.3	15.4	25.6	30.8	17.9	100.0
	Soltero	12.0	16.0	16.0	16.0	40.0	100.0
Ocupación	Negocio propio	28.6	10.7	20.2	22.6	17.9	100.0
	Profesionista independiente	7.2	14.5	20.3	33.3	24.6	100.0
	Funcionario administrativo	11.9	19.0	23.8	28.6	16.7	100.0
	Ama de casa	24.2	22.8	19.5	13.4	20.1	100.0
	Obrero calificado	19.4	6.5	19.4	29.0	25.8	100.0
	Obrero no calificado	23.8	23.8	14.3	23.8	14.3	100.0
	Docente	21.4	21.4	21.4	35.7	0.0	100.0
Laboralmente activo	No trabaja	18.3	19.4	21.5	11.8	29.0	100.0
	Empleado(a) doméstico	27.6	10.3	31.0	13.8	17.2	100.0
	Labores del hogar	25.6	16.7	20.0	18.9	18.9	100.0
	Media jornada	12.3	17.5	15.8	36.8	17.5	100.0
	Jornada completa	23.2	24.6	13.0	21.7	17.4	100.0
	Pensionado	21.6	12.5	19.3	31.8	14.8	100.0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

7.30. Contaminación en los barrios

El Área Metropolitana de Monterrey cuenta con un transporte público muy limitado. La cantidad de vehículos en la ciudad de Monterrey es la segunda más grande del país después de la Ciudad de México. Por ella circulan más de 2 millones de vehículos (Municipio de Monterrey, Nuevo León, México, 2008; Rojas 2010). En la actualidad en el municipio de San Pedro Garza García, existen 420, autos y viven 120,000 habitantes.

La contaminación atmosférica afecta no únicamente a los seres humanos, el resto del planeta, los reinos vegetal y animal, además de los materiales que conforman los elementos inanimados se ven afectados por los contaminantes que mayormente provienen de los procesos de calentamiento y combustión y calentamiento de los elementos que se procesan en la industria y aquellos que se generan para lograr poner los vehículos motorizados en movimiento. Estos contaminantes no limitan su campo de afectación a las zonas urbanas, o a aquellas en que se originan los contaminantes a causa de la combustión. La acidificación de los lagos y los bosques destruidos por la lluvia ácida son ejemplos del efecto que los contaminantes originados en las zonas industriales provocan en áreas situadas muchas veces a miles de kilómetros y que pueden afectar a todo el planeta, tales son los casos de los agujeros en la capa de ozono y el calentamiento global (Rojas 2010).

En el Área Metropolitana de Monterrey, existe un gran desorden en la distribución de las áreas industriales, con respecto a las áreas habitacionales. Es común ver cómo a unos metros de empresas cuyos procesos generan contaminantes se encuentran desarrollos habitacionales contruidos exprofeso para los trabajadores de dichas empresas, tales son el caso de las colonias Vidriera y Cuauhtémoc ubicadas en los municipios de Monterrey y San Nicolás de los Garza respectivamente. Las personas se ven constantemente expuestas a la inhalación de los elementos contaminantes atmosféricos.

Los adultos mayores son más afectados por estos elementos, agravando o generando problemas respiratorios, cardiovasculares y su salud en general. En el cuadro 3.92 el 12% de las mujeres mayores de edad y el 10.7% de los varones siempre notan que hay mucho humo de los proveniente de los automóviles que circulan en sus barrios. 20.5% de las

adultas mayores que viven en Monterrey y 18.4% de los varones, casi siempre lo reconocen. 28.2% de las mujeres y 27.2% de los varones algunas veces lo notan. 26.2% de los varones y 21.7% de las mujeres casi nunca sienten que haya mucho humo proveniente de los autos que circulan en sus vecindarios y el 17.5% de los habitantes de 60 y más que habitan en Monterrey nunca sienten que haya mucho humo proveniente de los vehículos de motor que circulan por sus barrios.

El cuadro 3.92 da cuenta de que, si se divide la población de adultos mayores en dos grupos, el primero de 60 a 74 y el segundo de 75 años y más, existe una tendencia a haber más autos que emiten humo en los barrios de las personas que pertenecen al primer grupo de edad. Más detalladamente, el 12.1% de los del primer grupo y 9.3% del segundo siempre sufren con el humo de los automóviles que circulan en sus vecindarios. 16.1% de quienes pertenecen al segundo grupo y el 20.8% de los del primero casi siempre, 28.9% de los del primer grupo y 27.2% de los del primero algunas veces sienten que hay mucho humo proveniente de las emisiones de los automóviles que circulan por sus barrios. 30.5% de los del segundo grupo y 21.4% del primero casi nunca lo sienten así.

Así mismo, el 19.5% de los de 75 y más y 16.8% de los del primer grupo, nunca sienten que haya mucho humo proveniente de los autos que circulan por las calles de sus barrios. El cuadro 3.92, referente al estado civil de los mayores, es destacable el hecho de quienes consideran que los autos nunca emiten humo en exceso en al transitar por las calles de sus vecindarios, son siempre los solteros, al momento no se tiene una explicación lógica al respecto. El 12% de los solteros, 11.7% de los viudos, 10.7% de los casados y 10.3% de los divorciados dicen que siempre hay humo proveniente de los autos que circulan en sus vecindarios. El 21.9% de los viudos de 60 y más, el 20.5% de los divorciados, 19.8% de los que están casados y el 8% de los solteros, casi siempre encuentran autos que emiten humo en sus barrios. El 29.7% de los viudos, 28.2% de los divorciados, 27.7% de quienes están casados y 16% de los solteros, algunas veces sienten al caminar por sus barrios que hay mucho humo proveniente de los automóviles. También se observa que el 32% de los solteros, 26,4% de los casados, 20.5% de los divorciados y 18.8% de los viudos, casi nunca encuentran al pasear por su vecindario, humo que provienen de los autos que por el circulan, 32% de los solteros, 20.5% de los divorciados, 15.3% de los casados y el 18% de los viudos, nunca encuentran humo emitido por automóviles en las calles de sus barrios.

Existe poca bibliografía científica enfocada a estudiar la relación de los contaminantes provenientes de los vehículos automotrices y la salud de las personas que habitan en las zonas urbanas de alta concentración vehicular. En la ciudad de Bogotá, se hizo un estudio con sensores fotosensibles que demostró que en aquellas áreas en que circulan gran variedad en vehículos motorizados, la concentración de partículas nocivas para el organismo es mayor (Pachón, 2012).

Es peligroso vivir en las calles que presentan tráfico vehicular denso (más de 10 mil vehículos por día), porque tiene una alta incidencia en la salud de los niños, el 20% de los casos de asma en los menores de edad y está relacionado con el 30% de los casos de enfermedades pulmonares y coronarias en personas de 65 y más años (Sánchez-Triana y Awe, 2006). Los datos del cuadro 3.92. con respecto a la actividad laboral de los mayores a lo largo de sus vidas, un 12.9% de los que han laborado como obreros calificados, 7.1% de los que lo han hecho como docentes y la media porcentual aproximada del 9.5% de quienes han laborado como funcionarios administrativos u obreros no calificados, siempre encuentran humo proveniente de emisiones automotrices al caminar por las calles de sus barrios.

También el 31% de quienes han laborado como funcionarios administrativos, ninguno de quienes lo han hecho como docentes y la media porcentual aproximada del 14.3% de los que han laborado en su propio negocio, casi nunca lo encuentran. El 34.5% de los que han tenido negocio propio, 16.7% de los funcionarios administrativos y la media porcentual aproximada del 26.1% de quienes han sido profesionistas independientes algunas veces encuentran humo proveniente de los autos al caminar por las calles de sus barrios. El 57.1% de los que han laborado como docentes, 20.2% de los que lo han hecho en su propio negocio, casi nunca se encuentran con el humo proveniente de los autos que circulan en las calles de sus barrios en este caso no existe un grupo que se acerque a la media porcentual aproximada.

Además, el 23.8% de los que han sido obreros no calificados, 7.1% de quienes han laborado como docentes y la media porcentual del 15.4% de quienes han laborado como amas de casa, nunca encuentran humo proveniente de los escapes de los autos en las calles de sus barrios. El enfisema pulmonar, la bronquitis y el asma crónicas, son las principales

enfermedades pulmonares que se presentan los de 60 y más, para lo cual se recomienda principalmente evitar el hábito de fumar, una vida laboral saludable y alejarse las áreas contaminadas.

Crear la conciencia de estos problemas debe ser tema prioritario en el sistema educativo nacional, a fin de lograr el cambio sociocultural adecuado para alcanzar un estado de vida más saludable al llegar a la tercera edad (Altarriba, 1992). En Monterrey el 14,8% de los mayores que se encuentran pensionados, 8.6% de los que no trabajan y la media porcentual aproximada del 12.3% de quienes continúan laborando media jornada, siempre encuentran autos que emiten humo en las calles del barrio en que habitan. El 24.7% de los que no trabajan, el 10.3% de quienes laboran ayudando en casas por un salario y la media porcentual aproximada del 17% de quienes están pensionados, casi siempre están en presencia del humo proveniente de los autos que circulan por las calles de sus barrios.

Se observa que 37.9% de las personas que ayudan en casa obteniendo remuneración, el 22.8% que laboran media jornada algunas veces encuentran autos emitiendo humo en las calles de sus barrios, la media porcentual aproximada del 11.4% no se aproxima a ninguno de los datos presentados en este rubro en particular. El 33.3% que continúan laborando media jornada después de los 59, el 20.4% de quienes no trabajan y la media porcentual aproximada del 24.6% que laboran jornada completa, casi nunca encuentran humo proveniente de las emisiones de los autos que circulan en las calles de sus vecindarios.

La magnetita, mineral tóxico que produce un aumento en la producción de radicales libres estrechamente vinculados con la enfermedad de Alzheimer es un tema que no debe minimizarse. Una investigación realizada en México y Reino Unido analizó el tejido cerebral de personas con Alzheimer que habitaban en Manchester y la Ciudad de México, lugares donde los niveles de contaminación ambiental son altos. Mediante un análisis espectroscópico, el equipo liderado por la profesora Barbara Maher (2016) encontró la presencia de partículas de magnetita dentro del tejido cerebral, dicha sustancia está relacionada con la presencia de radicales libres que están asociados con los decesos por Alzheimer. La magnetita se libera en la atmósfera en algunos de los procesos de combustión de los automóviles. Para finalizar, el cuadro 3.92 muestra que el 22.6% de

los mayores que no trabajan, 13.3% de los que atienden su propia casa, y la media porcentual aproximada del 17% de quienes están pensionados, nunca encuentran mucho humo proveniente de los escapes de los autos al caminar en sus barrios.

3.92. Hay humo de los escapes de los autos en los barrios de los mayores., de acuerdo a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Hay humo de los escapes de los autos 35.31							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	17,5	26,2	27,2	18,4	10,7	100,0
	Mujer	17,5	21,8	28,2	20,5	12,0	100,0
Edad	60 a 74 años	16,8	21,4	28,9	20,8	12,1	100,0
	75 y más años	19,5	30,5	24,6	16,1	9,3	100,0
Estado civil	Casado	15,3	26,4	27,7	19,8	10,7	100,0
	Viudo	18,0	18,8	29,7	21,9	11,7	100,0
	Divorciado	20,5	20,5	28,2	20,5	10,3	100,0
	Soltero	32,0	32,0	16,0	8,0	12,0	100,0
Ocupación	Negocio propio	19,0	20,2	34,5	14,3	11,9	100,0
	Profesionista independiente	11,6	23,2	26,1	26,1	13,0	100,0
	Funcionario administrativo	21,4	21,4	16,7	31,0	9,5	100,0
	Ama de casa	15,4	21,5	29,5	21,5	12,1	100,0
	Obrero calificado	19,4	25,8	19,4	22,6	12,9	100,0
	Obrero no calificado	23,8	28,6	33,3	4,8	9,5	100,0
	Docente	7,1	57,1	28,6	0,0	7,1	100,0
Laboralmente activo	No trabaja	22,6	20,4	23,7	24,7	8,6	100,0
	Empleado(a) doméstico	20,7	20,7	37,9	10,3	10,3	100,0
	Labores del hogar	13,3	21,1	32,2	20,0	13,3	100,0
	Media jornada	15,8	33,3	22,8	15,8	12,3	100,0
	Jornada completa	15,9	24,6	26,1	24,6	8,7	100,0
	Pensionado	17,0	23,9	27,3	17,0	14,8	100,0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia.

7.31. Inseguridad ciudadana en los barrios

Se ubica a Latinoamérica como una región en franco desarrollo que lucha por superar sus índices de pobreza, pero tiene un gran reto a superar: el índice de homicidios en la región está tasado con grado de epidemia en la OMS. Entre 2000 y 2010 el número de homicidios de la región creció 11%, en los demás países se estabilizó o disminuyó. En una década murieron en Latinoamérica un millón de personas a causa de la delincuencia, (PNUD, 2013). Esta es la realidad que enfrenta el Área Metropolitana de Monterrey. En los otrora barrios tranquilos, donde hace 50 años los niños jugaban a tempranas horas de la noche con los amiguitos de vecindario, sin mayor peligro que el de una caída o un golpe ocasionados por una maniobra dentro de los mismos juegos infantiles, ahora es imposible que niños o adultos mayores puedan pasearse por esos mismos barrios en pleno día, debido al riesgo que corren de ser víctimas de asaltos o secuestros y al peligro que se corre por el tráfico vehicular de los barrios en que habitan.

La figura 3.97 dividiendo en dos grupos de edad a los adultos mayores, el primero de 60 a 74 y el segundo de 75 y más, muestra que es mayor la tasa de criminalidad en los barrios de los más jóvenes, es decir de la población de 60 a 74 años, también se observa en dicha gráfica que únicamente el 25% del 50% de la población de 60 y más, nunca han tenido una alta tasa de criminalidad en sus barrios. Más detalladamente, si observamos los datos que nos arroja el cuadro 3.93., 10.7% de la población femenina y 14.6% de la masculina, siempre tienen un alto índice de criminalidad en los barrios en que habitan, 17.9% de la población femenina y 14.1% de la masculina, casi siempre tienen una tasa alta de criminalidad en sus vecindarios. 24.4% de la población de mujeres y 24.3% de la de hombres, algunas veces la tienen. 28.2% de la población en general, casi nunca tienen altos índices de criminalidad en sus barrios. El 18.9% y el 18.8% de las mujeres de 60 y más, nunca tienen un alto nivel de criminalidad en las calles en que habitan en el Área Metropolitana de Monterrey.

En cuanto a los datos que muestra el cuadro 3.93., con respecto a la diferencia de edades de los mayores, clasificando en dos grupos de edad a los adultos mayores, el primero de 60 a 74 y el segundo de 75 y más, se observa que: el 14.6% de los del primer grupo y el 6.8% del segundo, siempre tienen un alto índice de criminalidad en los barrios

en que habitan en Monterrey y su Área Metropolitana. 17.7% del primer grupo y 11.9% del segundo, casi siempre lo tienen. 28% de la población del segundo grupo y 23% de la del primero, algunas veces lo tienen. 28.3% de los del primer grupo y 28% del segundo casi nunca lo tienen. 25.4% del segundo grupo y 16.5% del primero, nunca tienen un alto índice de criminalidad en sus vecindarios en la ciudad de Monterrey.

En lo que respecta al estado civil de los adultos mayores, es interesante el hecho de que quienes tienen menores posibilidades de encontrar altos índices de criminalidad en sus barrios son los solteros. El cuadro 3.93., nos muestra que: 13.3% de los viudos, 12.8% de los divorciados, 12.4% de los casados y 8% de los solteros, opinan que la tasa de criminalidad en el barrio en que habitan es siempre alta. 18.8% de los viudos, 16.5% de los casados, 12% de los solteros y 7.7% de los divorciados opinan que casi siempre es alta. 38.5% de los divorciados, 36% de los solteros, 22.7% de los viudos y 21.5% de quienes están casados, algunas veces tienen altos índices de criminalidad en el vecindario en que viven.

Por otra parte, el 32% de los solteros, 31% de los casados, 29.7% de los viudos y únicamente el 7.7% de los divorciados, casi nunca tienen altos índices de criminalidad en los barrios en que habitan. 33.3% de los divorciados, 18.6% de los casados, 15.6% de los viudos y el 12% de los solteros, nunca tienen altos índices de criminalidad en los barrios en que viven en Monterrey.

En algunas ciudades de América Latina como la ciudad de Buenos Aires, la tasa de criminalidad en los barrios es menor hacia las mujeres y los adultos mayores, si se unen estos factores probablemente es menor hacia las adultas mayores, aunque no es la intención de esta tesis hacer énfasis en los estudios de género. Con todo, se ha considerado pertinente hacer la observación dado que las adultas mayores en el Área Metropolitana de Monterrey incursionan con menor frecuencia que los varones en los espacios públicos, en el caso que se menciona de la ciudad de Buenos Aires, se demuestra que son quienes tienen más miedo a ser afectadas por la criminalidad imperante en las ciudades en que habitan (Varela, 2008).

Si observamos en el cuadro 3.93. la relación existente entre la labor que han ejercido los de 60 y más con el índice de criminalidad de los barrios en que habitan, se observa

que: 19.4% de los que han laborado como obreros calificados. 4.8% de los que han laborado como obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 11.9% de los que han laborado en sus propios negocios, siempre tienen altos índices de criminalidad en el barrio en que viven. 28.6% de los que han laborado como obreros no calificados, 7.1% de los que lo han hecho como docentes y la media porcentual aproximada del 16.8% de quienes han laborado como amas de casa, casi siempre tienen altos índices de criminalidad en sus vecindarios. 29% de los que han laborado como profesionistas independientes, 21.4% de quienes lo han hecho como funcionarios administrativos o docentes y la media porcentual aproximada del 25% de quienes trabajan en su propio negocio, algunas veces tienen altos índices de criminalidad en el barrio en que viven.

Continuando con los resultados, el 35.7% de quienes han laborado como docentes, el 16.1% de los que han sido obreros calificados y la media porcentual aproximada del 26.1% de quienes han sido profesionistas independientes, casi nunca han sufrido con los altos índices de delincuencia en los barrios en que habitan en Monterrey. 28.6% de los que han laborado como docentes, 9.5% de los que han sido obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 19% de quienes han trabajado la mayor parte de sus vidas en su propio negocio, son quienes nunca han tenido una alta tasa de criminalidad en sus barrios.

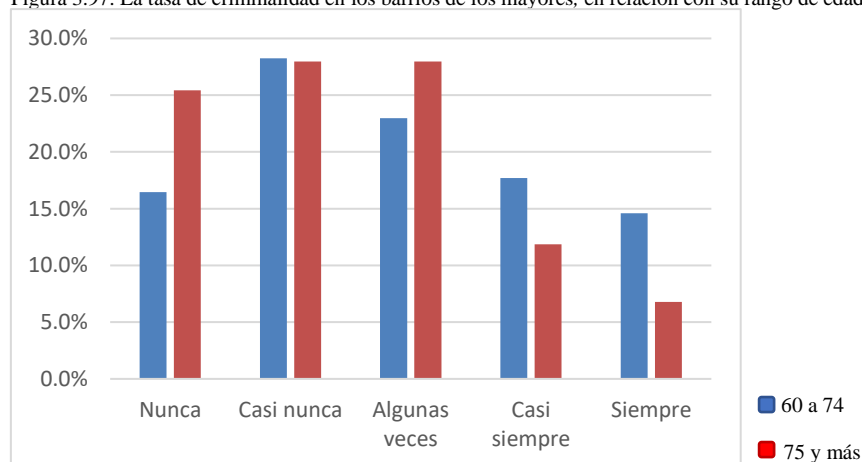
Desde comienzos de la década de 1970 las ciudades a nivel internacional han registrado un elevado crecimiento de los índices de delincuencia, parece ser que los altos índices de delincuencia están altamente relacionados con la segregación social, los barrios a partir de los setentas, fueron aislándose en pro de solucionar sus problemas de inseguridad, pero al parecer esto ha traído consecuencias adversas, se generó y generalizó la segregación socio-económica con un mayor índice de denuncia de delitos asociados con la connotación social, la integración comunitaria es uno de los grandes retos que las ciudades deben superar en la lucha contra la inseguridad que está positivamente relacionada con el sentido de apropiación de los espacios en los nuevos desarrollos inmobiliarios de interés social. La sensación de que los grupos de jóvenes son los dueños de las calles proviene del hecho de que los jefes de la casa son generalmente los jóvenes que proveen de ingresos a las familias, advirtiéndose que los jóvenes centran la atención en el diseño y aspectos físicos del barrio como determinante principal de los índices

delictivos, en cambio los adultos mayores se sienten más atemorizados por la presencia de gente nueva en sus barrios (Arriagada, 2006).

Prosiguiendo con los datos del cuadro 3.93., 19.3% de los adultos mayores que se encuentran pensionados, 6.7% de quienes se dedican a atender sus propias casas y la media porcentual aproximada del 12.3% de los mayores que actualmente laboran media jornada, siempre tienen un alto índice de criminalidad den el barrio en que viven en Monterrey. 23.2% de los que laboran jornada completa, 8% de quienes están pensionados y la media porcentual aproximada del 15.8% de quienes laboran media jornada, casi siempre tienen altos índices de criminalidad en sus barrios.

También el 30.4% de quienes laboran media jornada, 18.2% de quienes están pensionados y la media porcentual aproximada del 24.1% que laboran en casa y perciben un salario, algunas veces tienen altos índices de criminalidad en el barrio en que viven. 41.1% de los mayores que atienden su propia casa, el 20.7% de los que ayudan en otras casas por un salario y la media porcentual aproximada del 29.5% pensionados, casi nunca han tenido altos índices de delincuencia en sus vecindarios. El 25% de quienes están pensionados, 13% de los adultos mayores que continúan laborando jornada completa y la media porcentual aproximada del 19.4% de los que no trabajan, nunca han tenido una alta tasa de criminalidad en sus barrios (ver cuadro 3.93.).

Figura 3.97. La tasa de criminalidad en los barrios de los mayores, en relación con su rango de edad, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia de la autora.

Cuadro 3.93. La tasa de criminalidad en los barrios de los mayores, con respecto a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

La tasa de criminalidad es alta en mi barrio 35.32							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	18,9	28,2	24,3	14,1	14,6	100,0
	Mujer	18,8	28,2	24,4	17,9	10,7	100,0
Edad	60 a 74 años	16,5	28,3	23,0	17,7	14,6	100,0
	75 y más años	25,4	28,0	28,0	11,9	6,8	100,0
Estado civil	casado	18,6	31,0	21,5	16,5	12,4	100,0
	viudo	15,6	29,7	22,7	18,8	13,3	100,0
	divorciado	33,3	7,7	38,5	7,7	12,8	100,0
	soltero	12,0	32,0	36,0	12,0	8,0	100,0
Ocupación	Negocio propio	19,0	31,0	25,0	13,1	11,9	100,0
	Profesionista independiente	14,5	26,1	29,0	14,5	15,9	100,0
	Funcionario administrativo	23,8	16,7	21,4	19,0	19,0	100,0
	Ama de casa	15,4	32,9	24,8	16,8	10,1	100,0
	Obrero calificado	19,4	16,1	22,6	22,6	19,4	100,0
	Obrero no calificado	9,5	33,3	23,8	28,6	4,8	100,0
	Docente	28,6	35,7	21,4	7,1	7,1	100,0
Laboralmente activo	No trabaja	19,4	24,7	24,7	22,6	8,6	100,0
	Empleado(a) doméstico	13,8	20,7	24,1	17,2	24,1	100,0
	Labores del hogar	15,6	41,1	25,6	11,1	6,7	100,0
	Media jornada	22,8	24,6	24,6	15,8	12,3	100,0
	Jornada completa	13,0	21,7	30,4	23,2	11,6	100,0
	Pensionado	25,0	29,5	18,2	8,0	19,3	100,0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.32. Criminalidad en los barrios

El miedo es la respuesta a la sensación de inseguridad, dicha sensación está en función del sexo, edad y cualidad personales, así como de las características físicas o sociales del medio que rodea a las personas. Se ha propuesto clasificar la seguridad en: objetiva, que es el riesgo de victimización y subjetiva, que es la sensación de temor que existe en los habitantes de un lugar, como respuesta a las características físicas o a las situaciones sociales que se viven en el entorno de los habitantes del lugar. Se ha determinado el miedo al delito es peor que el delito mismo ya que afecta a una a mayor cantidad de personas.

Es una paradoja el que aquellos que tienen menor grado de victimización como lo son los adultos mayores y las mujeres, son quienes tienen mayor miedo al delito. Algunas de las causas de esta inseguridad podrían ser: la falta de integración al medio social en que se vive, también en los dos grupos antes mencionados existen actitudes derivadas de las costumbres sociales propias de lugares el Área Metropolitana de Monterrey, que propician la sensación de inseguridad, como lo son el hecho de que tanto los adultos mayores como las mujeres tienden a comentar con mayor frecuencia acerca de las cosas que les causan temor, con sus pares, lo cual magnifica las circunstancias que propician la sensación de inseguridad. Otro de los elementos determinantes de esta paradoja es la cultura de fragilidad que existe como connotación de las personas mayores o las mujeres como seres frágiles e indefensos, en este tipo de sociedades, lo cual crea en estos grupos sociales esa sensación de indefensión ante la certeza cultural adquirida al respecto. Los relatos de las personas mayores y las mujeres, así como la de los distintos medios de comunicación, contribuye a que, ante los comentarios plagados de descripciones de obstáculos físicos e inadecuaciones organizacionales, propicien también temor a las condiciones físicas o sociales del entorno. Esto último en los adultos mayores se asocia a la dificultad física y deficiencia visual propia de las personas de esta edad, que originan el miedo a sufrir una caída, tan común en las personas de la tercera edad.

Otro de los elementos que determina la sensación de inseguridad en la vía pública es el sentido de apropiación, ya que, ante la sensación de fortaleza con respecto a las generaciones jóvenes, los adultos mayores sienten que son los jóvenes quienes se han

apropiado de los entornos públicos y por ende se sienten frágiles al sentir que el entorno de sus vecindarios no les pertenece (Varela, 2008). En Monterrey menos del 20% de las personas mayores sienten que nunca o casi nunca, la tasa de criminalidad en sus vecindarios hace que sea inseguro para ir a pasear por él durante la noche. Los datos más detallados al respecto, lo proporciona el cuadro 3.94.

En dicho cuadro 3.94, el 16.5% de los varones y el 11.5% de las mujeres mayores de edad, siempre sienten que la tasa de criminalidad en sus vecindarios hace que sean inseguros para ir a pasear por ellos durante la noche. El 20.9% de las mujeres y el 17% de los varones, piensan que casi siempre es inseguro pasear por la noche en sus vecindarios debido a los índices de criminalidad que en ellos impera. 26.7% de los del sexo masculino y 26.1% de los del femenino algunas veces sienten sus vecindarios peligrosos para pasear durante la noche. 22.3% de los hombres y 21.8% de las mujeres, casi nunca piensan que su vecindario es peligroso para pasear durante la noche, debido a los índices de criminalidad de este. El 19.7% de las mujeres y el 17.5% de los varones son quienes opinan que la tasa de criminalidad en sus barrios no es impedimento para pasear por ellos durante la noche.

Si se divide al grupo de adultos mayores en dos, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más el cuadro 3.94. y la figura 3.99 muestra que el 14.6% de los del primer grupo y 11.9% de los del segundo, siempre tienen problemas para caminar por sus barrios por la noche debido a los índices de criminalidad que en ellos imperan. 19.5% de los del segundo grupo y 18.9% del primero casi siempre los tienen. 26.7% de los del primer grupo y 25.4% del segundo algunas veces tienen problemas para pasear por la noche en las proximidades de su hogar, debido a los índices de criminalidad que en ellos imperan. El 22.7% de los que pertenecen al primer grupo y 20.3% de quienes pertenecen al primero casi nunca tienen problemas con la inseguridad al caminar por la noche en las calles de sus barrios. El 22.9% de los del segundo grupo y el 17.1% del primero, nunca tienen problemas para pasear por la noche en sus barrios, que se deriven de los altos índices de criminalidad que existen en los mismos.

Uno de los elementos que propicia la sensación de seguridad de los adultos mayores al pasear por sus barrios es el hecho de que tanto los vecinos como las autoridades acudirán en su auxilio en caso necesario. Esto no sucede en Monterrey debido

particularmente a dos hechos: la falta de credibilidad en la asistencia de las autoridades y la falta de cohesión entre vecindarios que imperan en los barrios en que habitan los mayores y en la ciudad en general. Está demostrado que la interacción entre los vecinos que habitan en los barrios es uno de los principales determinantes de la sensación de seguridad de sus habitantes (Núñez, 2012).

Desde la perspectiva de s estado civil, el 14.1% de los viudos, 14% de los casados, 12.8% de los divorciados y el 12% de los solteros son quienes opinan que en sus barrios los altos grados de criminalidad siempre les impiden pasear por la noche en ellos. El 28.2% de quienes están divorciados, el 20% de los solteros, el 19% de los casados y el 16.4% de los viudos, piensan que siempre hay inseguridad para caminar por las noches por sus barrios. 30.8% de los divorciados, 29.7% de los viudos, 25.2% de los casados y el 20% de los solteros opinan que algunas veces es peligroso caminar por las noches sus barrios debido a los altos índices de criminalidad. El 36% de los solteros, 22.7% de los casados, 23.4% de los viudos y 2.6% de los divorciados opinan que casi siempre es así. 25.6% de los divorciados, 19% de los casados, 16.4% de los viudos y el 12% de los solteros piensan que nunca es así.

En el Área Metropolitana de Monterrey muchos barrios que antaño eran utilizados por los niños y los adultos mayores para pasear por las noches se han convertido en lugares de alta peligrosidad. Un recuerdo común en muchos adultos cercanos o ya cumpliendo 60 y más recuerdan como en su niñez disfrutaban de salir a caminar con su abuela por la calle Morelos, o lugares circunvecinos en el centro de la ciudad, al anochecer, donde los argumentos, “para evitar el calor de la luz solar, propio de los días de verano en esta ciudad”, el ir “a ver los aparadores” de la mano de su abuela u otros familiares era parte de lo cotidiano. Este espacio otrora icónico quedó semiabandonado e inundado de automóviles. Se convirtió en lo que se denomina “El barrio antiguo”, que pasó a ser un lugar de “antros” que debido a los miembros de la delincuencia organizada, terminaron por hacer desaparecer, resultado de los violentos enfrentamientos que en ellos protagonizaron, los eruditos han planteado la necesidad de equilibrar adecuadamente las demandas “económicas” de la modernidad, con las necesidades humanas de las personas que forman la sociedad que habita en Monterrey, para propiciar el apropiamiento de los espacios públicos y mencionan que mientras no se satisfagan las necesidades básicas de la sociedad, esto no será posible (Prieto, 2016).

En el cuadro 3.94., se observa que, el 25.8% de los obreros calificados, el 7.1% de los mayores que han laborado la mayor parte de sus vidas como funcionarios administrativos y la media porcentual aproximada del 15.9% de quienes han sido profesionistas independientes, creen que siempre es inseguro caminar por las noches en sus barrios, debido a los altos índices de delincuencia que en ellos impera. El 26.2% de quienes han laborado como funcionario administrativo, el 6.5% de los que lo han hecho como obreros calificados y la media porcentual aproximada del 15.5% de quienes han laborado en sus propios negocios, casi siempre sienten que es inseguro caminar en sus barrios por la noche, debido a la delincuencia.

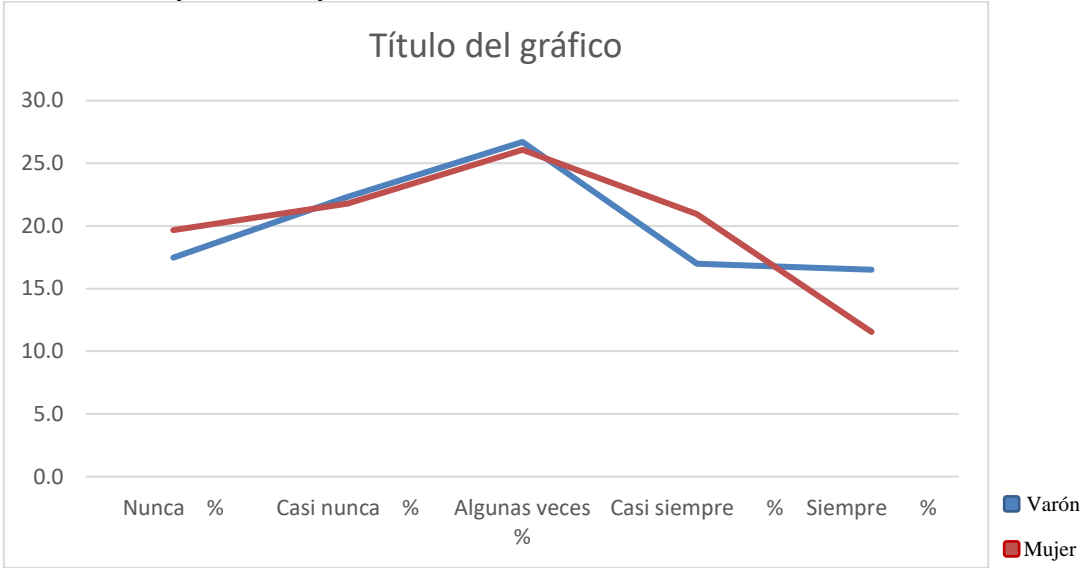
Además, el 52.4% de los obreros no calificados, 14.3% de quienes han laborado como docentes y la media porcentual aproximada del 32.2% que han laborado como obreros calificados algunas veces no pueden pasear por las calles de sus barrios por la noche, debido a la delincuencia que existe. 28.6% de quienes han laborado como docentes, 4.8% de los que lo han hecho como obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 19.4% de quienes han sido obreros calificados, casi nunca tienen problemas para salir a pasear por sus barrios por las noches a causa de la delincuencia.

El 28.6% de los que han laborado como docentes, 9.5% de quienes lo han hecho como obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 19% de los que han sido funcionarios administrativos, nunca tienen el problema de no poder pasear por las noches por sus barrios debido a la delincuencia. Respecto a cómo se comportan los mayores respecto desde la perspectiva de su condición laboral actual, vemos en el cuadro N.º 82 que: 24.1% de los que trabajan ayudando en casas por un salario, 10.5% de los que laboran media jornada y la media porcentual aproximada del 17% de los que están pensionados, siempre tienen temor a pasear por la noche en los barrios en que habitan, a causa de la delincuencia. El 26.1% de los que laboran jornada completa, el 13.8% de los que ayudan en casas de manera remunerada y la media porcentual aproximada del 19.3% de quienes laboran media jornada, casi siempre tienen este tipo de problemas.

También, el 38.7% de quienes no trabajan, 18.9% de quienes atienden su propia casa y la media porcentual aproximada del 24.6% que trabajan media jornada, algunas veces tienen problemas para caminar por las noches en sus barrios debido a la delincuencia.

24.1% de quienes ayudan en casas por un salario, 14% de quienes no trabajan y la media porcentual aproximada del 18.8% de quienes trabajan jornada completa, casi nunca tienen este tipo de problemas en sus barrios. El 24.6% de quienes laboran media jornada, 11.6% de quienes trabajan jornada completa y la media porcentual aproximada del 18.3% de los que no trabajan, nunca tienen problemas con la delincuencia, al caminar por las noches en los barrios en que habitan (ver el cuadro 3.94. y la figura 3.99.).

Figura 3.98. La tasa de criminalidad en los barrios de los mayores y la inseguridad para transitar en ellos por la noche, en relación con el sexo de los de 60 y más, Monterrey, 2017



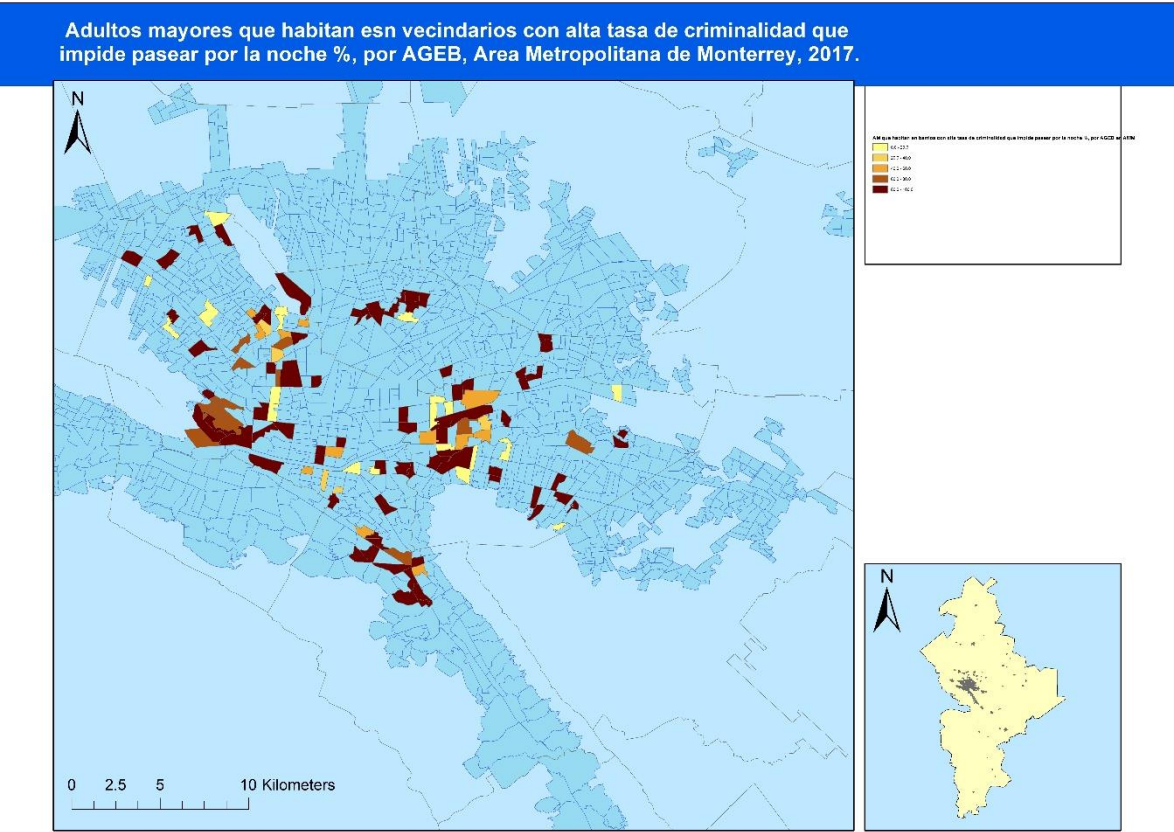
Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

Cuadro 3.94. La tasa de criminalidad en los barrios de los mayores y su posibilidad de pasear por la noche., con respecto a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

La criminalidad impide pasear en la noche 35.33							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	17,5	22,3	26,7	17,0	16,5	100,0
	Mujer	19,7	21,8	26,1	20,9	11,5	100,0
Edad	60 a 74 años	17,1	22,7	26,7	18,9	14,6	100,0
	75 y más años	22,9	20,3	25,4	19,5	11,9	100,0
Estado civil	Casado	19,0	22,7	25,2	19,0	14,0	100,0
	Viudo	16,4	23,4	29,7	16,4	14,1	100,0
	Divorciado	25,6	2,6	30,8	28,2	12,8	100,0
	Soltero	12,0	36,0	20,0	20,0	12,0	100,0
Ocupación	Negocio propio	20,2	21,4	27,4	15,5	15,5	100,0
	Profesionista independiente	15,9	23,2	20,3	24,6	15,9	100,0
	Funcionario administrativo	19,0	23,8	23,8	26,2	7,1	100,0
	Ama de casa	17,4	24,2	26,8	21,5	10,1	100,0
	Obrero calificado	16,1	19,4	32,3	6,5	25,8	100,0
	Obrero no calificado	9,5	4,8	52,4	23,8	9,5	100,0
	Docente	28,6	28,6	14,3	14,3	14,3	100,0
Laboralmente activo	No trabaja	18,3	14,0	38,7	18,3	10,8	100,0
	Empleado(a) doméstico	13,8	24,1	24,1	13,8	24,1	100,0
	Labores del hogar	17,8	31,1	18,9	21,1	11,1	100,0
	Media jornada	24,6	21,1	24,6	19,3	10,5	100,0
	Jornada completa	11,6	18,8	30,4	26,1	13,0	100,0
	Pensionado	22,7	23,9	20,5	15,9	17,0	100,0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la propia.

Figura 3.99. Adultos mayores habitan en lugares en que la criminalidad impide pasear en la noche. Porcentaje por AGEB, Área Metropolitana de Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

7.33. Percepción de seguridad en los barrios

Algunos de los grupos poblacionales, como el de los adultos mayores y los niños, son más vulnerables debido a la mayor fragilidad de su estado físico frente al resto de la población. El Departamento de Asuntos Económicos y Sociales de las Naciones Unidas (2003) define “vulnerabilidad” como: “un estado de alta exposición a ciertos riesgos e incertidumbres, en combinación con una habilidad reducida para protegerse a uno mismo contra aquellos riesgos e incertidumbres y hacer frente a sus consecuencias negativas.” Algunos de los indicadores de los índices de riesgo, para los sujetos vulnerables que habitan en un lugar serían: ruidos exteriores, contaminación o malos olores provocados por la industrial, el tráfico, malas comunicaciones, pocas zonas verdes y delincuencia o vandalismo en la zona. (Ministerio de Fomento, Gobierno de España, 2010).

Habría que ver cuáles de estos elementos o si todos ellos están presentes en los barrios en que habitan los mayores en el Área Metropolitana de Monterrey, con el fin de tomar cartas en el asunto, para facilitar el bienestar de estos y de la población en general en vista del envejecimiento poblacional. Si observamos la figura 3.100., podemos ver que solamente el 20% de la población de adultos mayores de Monterrey, piensan que sus barrios son seguros para que los niños y los mayores transiten por ellos durante el día, cosa que debe de ser mucho menor durante la noche.

Si observamos el cuadro 3.95. y la figura 3.100., en que se detalla mejor la información de las cifras que la encuesta de esta tesis arrojó al respecto, observamos que: el 20.1% de las mujeres y el 19.9% de los varones, siempre encuentran sus vecindarios lo suficientemente seguros como para que los adultos mayores y los niños de 10 años puedan caminar alrededor de su cuadra con seguridad durante el día. 25.2% de los hombres y 19.2% de las mujeres, casi siempre sienten que sus barrios son seguros para los mayores de 60 y para los niños de 10 años. 30.1% de las personas de sexo masculino y el 29.9% de las de sexo femenino, consideran que casi siempre, su barrio es seguro para los niños y mayores. El 12.8% de las mujeres y el 12.1% de varones, piensan que casi nunca es seguro para los de 60 y más o para los niños de 10 años caminar alrededor de la manzana que viven. El 17.9% de las mujeres y el 12.6% de hombres consideran que nunca es así.

Si se divide la población de los adultos mayores en dos grupos de edad, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más el cuadro N.º 83 muestra que: 21.2% de los del segundo grupo y 19.6% del primero, piensan que su barrio es siempre seguro para los mayores y los niños de 10 años. El 22.4% de quienes pertenecen al primer grupo y el 21.2% de los que pertenecen al segundo, casi siempre consideran su barrio seguro para los de 60 y más y los niños de 10 años. Los mayores porcentajes corresponden a quienes consideran que solo algunas veces las manzanas en que están ubicadas sus casas son seguras para que los mayores y los niños de 10 años paseen por ellas. El 29.5% de quienes pertenecen al primer grupo, 31.4% de quienes pertenecen al segundo piensan que algunas veces su vecindario es seguro para que los niños de 10 años y los adultos mayores caminen por ellos durante el día. 13% de los del primer grupo y 11% del segundo casi nunca piensan de esta manera.

Además, el 15.5% del primer grupo y 15.3% del segundo piensan que nunca es así de seguro el barrio en que viven. Si se clasifica a la población de 60 y más de acuerdo su estado civil, de acuerdo a los datos que nos muestra el cuadro N.º 83, el 28.2% de quienes están divorciados, 20.3% de los viudos, 20% de los solteros y el 19% de los casados, consideran que su vecindario siempre es lo suficientemente seguro para que los adultos mayores y los niños de 10 años paseen solos durante el día. 28.2% de los divorciados, 23.4% de los viudos, 21.9% de los casados y 8% de los solteros, consideran que casi siempre la manzana en que habitan es lo suficientemente segura para que los de 60 y más y los niños de diez, paseen por ellos durante el día. Igualmente, el 31.8% de los casados, el 29.7% de los viudos, 28% de los solteros y el 20.5% de los divorciados, piensan que la calle en que viven solamente algunas veces es segura para que los adultos mayores y los niños de 10 años paseen por ella durante el día. 24% de los solteros, 15.6% de los viudos, 10.3% de quienes están divorciados y el 9.9% de los casados piensan que la calle en que viven casi nunca es segura para que lo hagan. 20% de los solteros, 17.4% de los casados, 12.8% de los divorciados y 10.9% de los viudos, opinan que su calle nunca es segura para que los mayores y los niños de 10 paseen por ellas durante el día.

En la ciudad de São Carlos, se realizó un estudio con niños de edad escolar de todas las edades, se encontró que del 20% de los alumnos que vivían a menos de 750 metros de la escuela, sólo el 5% van a pie a la escuela y no lo hacen siempre. Las razones: es más práctico ir en automóvil, debido a los índices de insolación, porque nadie va a pie, por el

peligro que existe al atravesar las calles, por temor a ser víctimas de algún delito y porque las aceras están en mal estado. Por parte de los expertos que han evaluado los espacios destinados para desplazarse a pie, los principales argumentos para no hacerlo son: defectos en las aceras, ausencia de árboles, escasos cruces peatonales, las deficiencias de la ley y de las acciones oficiales, por medio de las cuales se podría brindar apoyo a los peatones o ciclistas, ausencia de motivación para desplazarse a pie, iluminación, los índices de violencia humana y la falta de respeto que por parte de los conductores se brinda a los peatones o a las personas que se trasladan en vehículos no motorizados (Becerra, 2004).

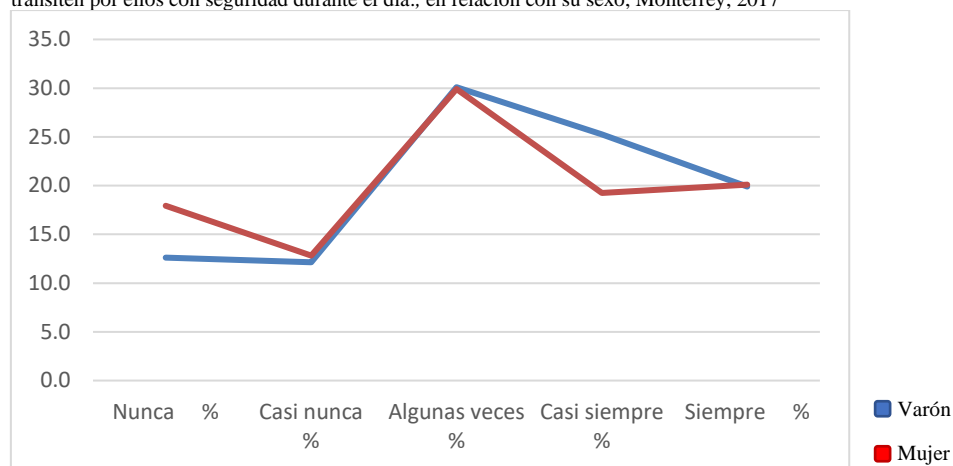
Por otra parte, el cuadro 3.95. muestra que, desde el punto de vista laboral, 28.6% de quienes son funcionarios administrativos, 4.8% de los que durante su vida laboral han sido obreros no calificados la mayor parte del tiempo y la media porcentual aproximada del 18.8% de quienes han laborado como amas de casa, consideran que siempre la manzana en que viven siempre es segura para los mayores y los niños de 10 años durante el día. El 32.1% de quienes han laborado en sus propios negocios, el 9.5% de los que lo han hecho como obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 18.8% de quienes han laborado como amas de casa, piensan que su calle, siempre es segura para los mayores y los niños de 10 años durante el día solos.

También el 52.4% de los obreros no calificados, 26.2% de quienes han sido funcionarios administrativos y la media porcentual aproximada del 35.5% de los obreros calificados, representan los mayores porcentajes presentados en este cuadro y opinan que solamente algunas veces las calles en que viven son lo suficientemente seguras como para que los niños de 10 años y los de 60 y más, paseen por ellas durante el día. 21.4% de quienes han laborado como docentes, 7.2% de los que lo han hecho como profesionistas independientes y la media porcentual del 14.3% de quienes han laborado en sus propios negocios, piensan que la calle en que viven casi nunca es segura para que niños y ancianos paseen por ellas durante el día. Además, el 19% de quienes han laborado como obreros no calificados, 7.1% de quienes han laborado como funcionarios administrativos y la media porcentual aproximada del 14.3% de quienes han trabajado como docentes la mayor parte de sus vidas piensan que sus calles nunca son lo suficientemente seguras para que los de 10 años y los mayores anden por ellas durante el día. Por otra parte, 26.3% de quienes continúan laborando en la actualidad durante media jornada, 17.8% de quienes laboran atendiendo su propia casa y la media porcentual aproximada del 23.9% de los que

están pensionados actualmente, creen que la calle en que viven es siempre segura para que los de diez años y los de 60 y más paseen por ella durante el día solos.

También se observa que el 26.3% de quienes laboran media jornada, 20% de quienes laboran atendiendo su propia casa u la media porcentual aproximada del 23.7% de quienes en la actualidad no trabajan, piensan que casi siempre es seguro para niños y ancianos caminar por su calle durante el día. El 39.1% de los que trabajan jornada completa, el 23.9% de quienes están pensionados y la media porcentual aproximada del 33.3% de los que trabajan media jornada, consideran que solamente algunas veces la calle en que viven es suficientemente segura para que los de la tercera edad o los niños de 10 años, paseen por ella durante el día. Continuando con los resultados, el 15.1% de quienes no trabajan, 8.8% de los que los hacen durante media jornada y la media porcentual aproximada del 11.1% de quienes atienden su propia casa, consideran que su calle casi nunca es segura. El 23.3% de quienes atienden su casa, 5.3% de los que laboran durante media jornada y la media porcentual aproximada del 14.8% de los que están pensionados, piensan que su vecindario es lo suficientemente seguro como para que un niño de 10 años o un adulto mayor, puedan pasear por él seguros durante el día solos. Es bueno puntualizar que los barrios son el terreno en que los vecinos pueden socializar, compartir sus opiniones y buscar soluciones conjuntas para los problemas de las áreas públicas del lugar en que viven. Cuando debido a la implementación de viviendas de bajo costo, se descuida la infraestructura física o institucional necesaria para su buen desenvolvimiento, los barrios vienen a ser lugares que después pueden incluso ser abandonados por sus habitantes, debido a la imposibilidad de llevar a cabo una vida segura en ellos (Sabatini, F. et al., 2012, ver cuadro 3.95.).

Figura 3.100. La seguridad en los barrios de los mayores es suficiente para permitir que un niño de 10 años o los adultos mayores, transiten por ellos con seguridad durante el día., en relación con su sexo, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora

Cuadro 3.95. La seguridad en los barrios de los mayores es suficiente para permitir que un niño de 10 años o los adultos mayores, transiten por ellos con seguridad durante el día., en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Es seguro caminar para niños mayores de 10 años y AM en el día 35.34							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	12,6	12,1	30,1	25,2	19,9	100,0
	Mujer	17,9	12,8	29,9	19,2	20,1	100,0
Edad	60 a 74 años	15,5	13,0	29,5	22,4	19,6	100,0
	75 y más años	15,3	11,0	31,4	21,2	21,2	100,0
Estado civil	Casado	17,4	9,9	31,8	21,9	19,0	100,0
	Viudo	10,9	15,6	29,7	23,4	20,3	100,0
	Divorciado	12,8	10,3	20,5	28,2	28,2	100,0
	Soltero	20,0	24,0	28,0	8,0	20,0	100,0
Ocupación	Negocio propio	11,9	14,3	28,6	32,1	13,1	100,0
	Profesionista independiente	14,5	7,2	30,4	24,6	23,2	100,0
	Funcionario administrativo	7,1	11,9	26,2	26,2	28,6	100,0
	Ama de casa	17,4	14,1	30,9	18,8	18,8	100,0
	Obrero calificado	16,1	12,9	35,5	12,9	22,6	100,0
	Obrero no calificado	19,0	14,3	52,4	9,5	4,8	100,0
	Docente	14,3	21,4	28,6	28,6	7,1	100,0
Laboralmente activo	No trabaja	12,9	15,1	29,0	23,7	19,4	100,0
	Empleado(a) doméstico	17,2	13,8	27,6	20,7	20,7	100,0
	Labores del hogar	23,3	11,1	27,8	20,0	17,8	100,0
	Media jornada	5,3	8,8	33,3	26,3	26,3	100,0
	Jornada completa	11,6	13,0	39,1	21,7	14,5	100,0
	Pensionado	14,8	13,6	23,9	23,9	23,9	100,0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

7.34. Rejas y bardas

En el año 2009, en Monterrey y su Área Metropolitana se inició un marcado incremento de los índices de criminalidad. Dadas las circunstancias en varias colonias del Área Metropolitana de Monterrey, los vecinos iniciaron un cierre indiscriminado y en ocasiones no consensado de los accesos viales a sus barrios o a sus calles. Esto se llevó a cabo con o sin la anuencia de las autoridades que, ante la carencia de un soporte legal al respecto, se han visto impedidas para intervenir. En la mayor parte de las ocasiones estos cierres de los barrios se llevaron a cabo sin toma en cuenta el impacto que tenían en el resto de la comunidad. En muchas ocasiones las personas que circulaban por dichas calles y colonias se han visto en la necesidad de dar grandes rodeos para poder acceder a las zonas a las que se desplazaban a través de ellas, dicho desplazamiento ha contribuido en la mayor parte de esos casos a incrementar la cantidad de automóviles que transitan por las avenidas, dificultando aún más la ya de por sí caótica vialidad de esta ciudad. Así mismo, ha creado grandes problemas para los peatones y ciclistas que preferían circular por ellas para evitar el riesgo de hacerlo por las grandes avenidas. En el caso de los parques y jardines, la inexigibilidad a los mismos es ocasión para que ante la falta de vigilancia y el impedimento que las bardas o rejas ocasionan para que las autoridades puedan exceder a ellos oportunamente. Igualmente son un problema para que los vecinos puedan transitar a través de ellos con libertad, también para que los vecinos desde sus casas accedan para prestar auxilio en caso necesario a quienes en ellos se encuentran. En el caso de los adultos mayores, al tener que dar grandes rodeos para llegar a los accesos, muchas veces desisten de su utilización por el cansancio que ello les provoca. Lejos de ser una solución para el desorden y el caos, los fraccionamientos cerrados obstaculizan la visibilidad y la legibilidad, propician el uso privado del espacio público, facilitan la competitividad del mercado inmobiliario que provoca la exclusión y la creación de privilegios, fomentando la segregación económica. La dispersión y la ciudad inmanejable son consecuencia de este tipo de sistemas, aparte el aislamiento del resto de la ciudad y de entidades como las escuelas, fuentes de empleo o áreas recreativas, dificultan la vida cotidiana de los habitantes de los barrios en cuestión. Este tipo de elementos urbanos reducen la permeabilidad de la ciudad (Enríquez, 2007).

De acuerdo con los datos que muestra el cuadro 3.96., únicamente alrededor del 20% de la población de adultos mayores del Área Metropolitana de Monterrey, dicen que nunca existen parques o colonias cerradas cerca del lugar en que habitan. El 21.8% de los varones y el 20.1% de las mujeres, siempre encuentran parques o colonias cerradas en las proximidades de sus hogares, 25.2% de los varones y 20.1% de las mujeres caso siempre, 24.3% de los hombres y 22.2% de quienes pertenecen al sexo femenino algunas veces, 11,5% de las mujeres y 10.2% de los varones casi nunca y 26.1% de las mujeres y 18.4% de los hombres nunca. Si dividimos la población de adultos mayores en dos grupos de edad, el primero de 60 a 74 y el segundo de 75 y más.

También observamos en el cuadro 3.96. que: 22.4% del primer grupo y 16.9% del segundo siempre encuentran colonias o parques cerrados cerca del lugar en que habitan, 23.3% del primer grupo y 20.3% del segundo casi siempre, 27.1% del segundo y 21.7% del primero algunas veces los encuentran, 13.6% del segundo y 9.9% del primero casi nunca y 22.7% del primero y 22% del segundo nunca encuentran parques o colonias cerrados cerca del lugar en que viven.

Refiriéndonos al estado civil de los mayores, el cuadro 3.96. muestra que: 28.2% de los divorciados, 28% de los solteros, 21.1% de los casados y el 16.4% de los viudos, siempre encuentran parques o colonias cerrados cerca del lugar en que viven. 25.2% de los casados, 20.5% de los divorciados, 20.3% de los viudos y el 8% de los solteros, casi siempre los encuentran. 28.9% de los viudos, 25.6% de los divorciados, 24% de los solteros y el 19.4% de los casados algunas veces. El 12.4% de los casados, 12% de los solteros, 9.4% de los viudos y el 7.7% de los divorciados casi nunca los encuentran. El 28% de los solteros, 25% de los viudos, 21.9% de los casados y el 17.9% de los divorciados nunca encuentran parques o jardines cerca de sus casas que tengan rejas y bardas que los hacen más seguros.

Si se divide a la población de los adultos mayores de acuerdo con su ocupación laboral ejercida durante la mayor parte de sus vidas y de acuerdo con su situación laboral actual vista en el cuadro 3.96: el 26.2% de quienes han laborado en su propio negocio durante la mayor parte de sus vidas, 14.3% de quienes han laborado como obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 19.4% de los obreros calificados, siempre encuentran parques o colonias cerradas cerca de sus casas. El 29% de los

profesionistas independientes, el 18.8% de las que han laborado como amas de casa y la media porcentual aproximada del 23.8% de quienes han laborado en sus propios negocios, algunas veces los encuentran. 14.8% de quienes han laborado como amas de casa, ninguno de los que han laborado como docentes y la media porcentual aproximada del 7.1% de los que han laborado en sus propios negocios, casi nunca los encuentran.

El 38.7% de quienes han laborado como obreros calificados, 8.7% quienes lo han hecho como profesionistas independientes y la media aproximada del 24.8% de las amas de casa, nunca encuentran arques o colonias cerrados cerca del lugar en que habitan. Los factores que han propiciado el incremento de la demanda de colonias cerradas son principalmente el miedo a la delincuencia, en segundo el consumo como respuesta a la publicidad de las inmobiliarias y en tercero la búsqueda de estatus socioeconómico, (Pérez, 2008). Algunas de las consecuencias son: la apropiación del espacio público por unos pocos, que antes era de muchos. Una consecuencia positiva sería que facilita la instalación de infraestructura urbana, así como la facilidad para que los niños puedan jugar fuera de casa (Fitch, 2010).

En Monterrey de acuerdo con los datos del cuadro 84, el 26.3% de los mayores que laboran en la actualidad media jornada, 15.1% de los que no trabajan y la media porcentual aproximada del 20.7% de quienes ayudan en casa por un salario, siempre encuentran colonias o parques cerrados cerca de sus barrios. 26.7% que atienden su propia casa, 18.2% de los que están pensionados y la media porcentual aproximada del 22.6% de quienes no trabajan actualmente, casi siempre los encuentran. 38.6% de quienes trabajan media jornada, 18.3% de quienes no trabajan y la media porcentual aproximada del 27.6% de quienes laboran en casa por un salario, algunas veces los encuentran. El 17.2% que no trabajan, 5.3% de los que laboran media jornada y la media porcentual aproximada del 10.2% de los adultos mayores que en la actualidad están pensionados, casi nunca los encuentran. El 29.5% de los que están pensionados, 8.8% de quienes laboran media jornada y la media porcentual aproximada del 17.2% los que ayudan en casas a cambio de un salario, nunca encuentran parques y colonias con bardas o rejas que los hagan más seguros (ver cuadro 3.96.).

Cuadro 3.96. Los parques y colonias del área en que viven los mayores tienen rejas y bardas que los hacen más seguros, en relación con las características sociodemográficas de los de 60 y más, Monterrey, 2017

Los parques y colonias tienen rejas y bardas para seguridad 35.35							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	18,4	10,2	24,3	25,2	21,8	100,0
	Mujer	26,1	11,5	22,2	20,1	20,1	100,0
Edad	60 a 74 años	22,7	9,9	21,7	23,3	22,4	100,0
	75 y más años	22,0	13,6	27,1	20,3	16,9	100,0
Estado civil	Casado	21,9	12,4	19,4	25,2	21,1	100,0
	Viudo	25,0	9,4	28,9	20,3	16,4	100,0
	Divorciado	17,9	7,7	25,6	20,5	28,2	100,0
	Soltero	28,0	12,0	24,0	8,0	28,0	100,0
Ocupación	Negocio propio	19,0	7,1	23,8	23,8	26,2	100,0
	Profesionista independiente	8,7	13,0	27,5	29,0	21,7	100,0
	Funcionario administrativo	21,4	9,5	26,2	23,8	19,0	100,0
	Ama de casa	24,8	14,8	23,5	18,8	18,1	100,0
	Obrero calificado	38,7	3,2	12,9	25,8	19,4	100,0
	Obrero no calificado	28,6	14,3	23,8	19,0	14,3	100,0
	Docente	21,4	0,0	35,7	21,4	21,4	100,0
Laboralmente activo	No trabaja	26,9	17,2	18,3	22,6	15,1	100,0
	Empleado(a) doméstico	17,2	13,8	27,6	20,7	20,7	100,0
	Labores del hogar	22,2	8,9	21,1	26,7	21,1	100,0
	Media jornada	8,8	5,3	38,6	21,1	26,3	100,0
	Jornada completa	21,7	8,7	23,2	23,2	23,2	100,0
	Pensionado	29,5	10,2	20,5	18,2	21,6	100,0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

7.35. Opinión sobre el uso de rejas y bardas en el barrio

La discapacidad se incrementa paulatinamente conforme aumenta la edad. Afecciones como la hipertensión arterial y la obesidad, combinadas con alteraciones físico-motrices o cognitivas, tienden a menguar la independencia de las personas. Investigaciones recientes muestran que las barreras de diseño, ambientales y de seguridad, afectan el uso que se hace de los parques (Perry, 2018). Existen pocos estudios al respecto, y muchas variables, como la proximidad y ubicación de las áreas en que se realizan las actividades recreativas o se suele salir a pasear deben de ser estudiadas con detenimiento, a fin de establecer las características idóneas para ser utilizados por la población que debiera poder acceder a ellos con facilidad.

Uno de los principales problemas que se considera pudieran afectar la accesibilidad a los parques y jardines en los vecindarios en el Área Metropolitana de Monterrey, es el hecho de que se encuentren rodeados por rejas o bardas, es necesario estudiar la presencia de estos elementos con los índices de delincuencia que se presentan en dichas áreas. Además, debe estudiarse la forma en que afecta a la accesibilidad de los adultos mayores a dichas áreas, el hecho de tener que rodear para poder acceder al interior de estos. Si bien se debe tomar en cuenta el hecho de que dichos elementos se han implementado para garantizar la seguridad de quienes hacen uso de las áreas en cuestión, también debieran estar provistos de accesos estratégicamente ubicados y bien diseñados, a fin de facilitar el acceso de los mayores a los mismos.

En Monterrey, como se puede observar en la figura 3.101, el mayor porcentaje de los adultos mayores opinan que, si no existieran cercas o bardas en los parques que existen en sus vecindarios, se les facilitaría más acceder a dichos lugares. De forma más detallada de acuerdo con lo que nos muestra el cuadro 3.97., el 23.9% de las mujeres y el 22.8% de los varones, piensan que sería mejor que no hubiera cercas, para poder entrar por cualquier lado a los parques o colonias de su barrio. 22.8% de los varones y 18.8% de las mujeres, piensan que siempre es así. 29.9% de los varones y 23.5% de las mujeres piensan que algunas veces es así. 12% de las mujeres y 9.7% que o casi nunca es así y el 21.4% de las mujeres y 16% de los hombres, que nunca es así.

Si se divide a la población de los adultos mayores en dos grupos de edad, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más, vemos en el cuadro 3.97. que son más las personas de 75 y más que opinan que les facilitaría que no hubiese rejas en los parques, para entrar a pasear en ellos. Esto pudiera ser por el mayor grado de dificultad que se tiene conforme avanza la edad o bien porque son los que mayormente recuerdan cuando las bardas no existían y se les facilitaban más los accesos a los mencionados lugares.

De acuerdo con lo que muestra el cuadro 3.97., 23.6% de los del primer grupo de edad y 22,9% del segundo, piensan que siempre les facilitaría el acceso si no hubiera cercas. 20.3% de los del segundo y 20.2% del primero piensan que casi siempre sería así, 33.1% de los del segundo grupo y 23.9% del primero piensan que algunas veces sería así. 11.8% de los del primer grupo y 8.5% del segundo, que casi nunca sería así. 20.2% de los que pertenecen al primer grupo y 15.3% del segundo piensan que nunca sería así.

En un estudio hecho por medio de programas para localizar información y los periódicos escaneados, se encontraron 19 estudios relacionados con las características físicas del entorno y la actividad física de los mayores. En dichos estudios se localizaron 5 aspectos que han sido categorizados como aquellos que afectan esta relación: A la fecha existen más investigaciones al respecto, sin embargo, aún queda mucho por hacer. Si se clasifica a la población respecto a su estado civil, encontramos que: 35.9% de los divorciados, 28% de los solteros, 23.4% de los viudos y 21.1% de los casados piensan que siempre sería mejor para la accesibilidad a los parques que no estuvieran cercados. 23.1% de los divorciados, 21.5% de los casados, 19. % de los viudos y 8% de los solteros también piensan así. 36% de los solteros 26.6% de los viudos, 26% de los casados y 23.1% de los divorciados piensan que algunas veces es así. El 13.3% de los viudos, 10.7% de los casados, 8% de los solteros y 2.6% de los divorciados piensan que casi nunca es así. El 20.2% de los casados, 20% de los solteros, 17.2% de los viudos y 15.4% de los divorciados, creen que nunca es así. El tener acceso a lugares adecuados para vivir con comodidad el entrar a formar parte de los de 60 y más, es en gran parte el resultado de las oportunidades que el nivel económico logrado por sus ingresos, les ha brindado a los mayores, la labor que ejercieron a través de la mayor parte de su vida laboral y el hecho de que en la actualidad sigan o no laborando, son en gran parte consecuentes de las oportunidades laborales que la vida les brindó. El 33.3% de los que han laborado la mayor parte de sus vidas como funcionarios administrativos, el 14.3% de los que lo han hecho

como obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 24.6% de las que han laborado como amas de casa, piensan que siempre les sería más fácil acceder a los parques si no hubiera cercas.

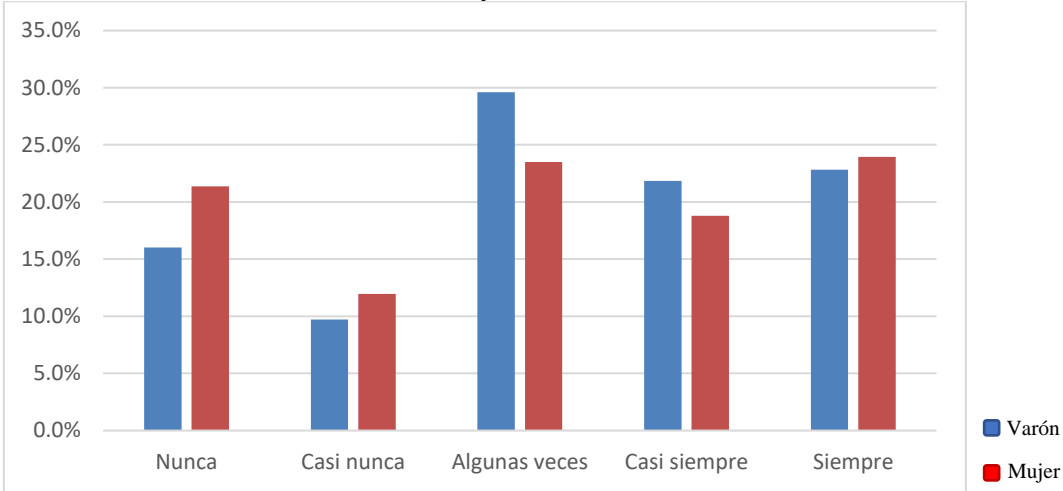
Igualmente, el 29% de quienes han sido profesionistas independientes, 11.9% de quienes han laborado como funcionarios administrativos y la media porcentual aproximada del 21.4% de quienes han laborado en sus propios negocios, piensan que casi siempre es así. 33.3% de los profesionistas independientes, 19% de los obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 24.8% de las amas de casa piensan que algunas veces es así. El 28.6% de los obreros no calificados, 3.2% de los que han laborado como obreros calificados y la media porcentual aproximada del 16.9% de quienes han sido funcionarios administrativos, piensan que casi nunca es así. El 23.8% de quienes han tenido su propio negocio, 4.3% de quienes han sido profesionistas independientes y la media porcentual aproximada del 16.7% de quienes han sido funcionarios administrativos creen que nunca es así.

Existen varios aspectos de la caminabilidad, como la peatonabilidad, el transporte, la densidad residencial, las características de los cruces peatonales y el acceso y existencia a los servicios y a los espacios públicos como son los parques que están asociados con los niveles de actividad física de los mayores. Solamente existen tres estudios que han analizado la relación entre los resultados de los niveles mostrados en acelerómetros y las características de los vecindarios y el nivel de actividad física de los mayores, uno de ellos ha mostrado que la distancia que existe desde el lugar en que residen los mayores y las tiendas en Australia y el grado de actividad física de los de 60 y más (Cerin, 2016).

Los hallazgos sugieren que ubicar los destinos principales de los adultos mayores cerca del barrio en que residen y que les es familiar, es importante para que salgan a pasear y para la socialización, (Nathan, 2014). En Monterrey, el 28% de los de 60 y más que no trabajan en la actualidad, el 17.2% de los que laboran ayudando en casas a cambio de un salario y la media porcentual aproximada del 21.6 % de quienes actualmente están pensionados, piensan que siempre le sería más fácil acceder a los parques de su localidad sino tuvieran rejas. El 30.7% de quienes están pensionados, el 15.1% de quienes no trabajan, el 21.1% de los que trabajan media jornada y la media porcentual aproximada del 15.9% de los que laboran jornada completa, piensan que algunas veces es así. Así

mismo, el 15.6% de quienes atienden la casa, 3.5% de quienes laboran media jornada y la media porcentual aproximada del 9.1% de quienes están pensionados, creen que casi nunca es así. El 29% de los que trabajan jornada completa, el 13.6% de los que están pensionados y la media porcentual aproximada del 24.1% de quienes ayudan en casas por un salario, piensan que nunca sería mejor que no hubiera cercas, para poder entrar por cualquier parte a los parques o colonias de sus barrios (ver cuadro 3.97.).

Figura 3.101. En los barrios de los mayores, sería mejor que no hubiera cercas, para poder entrar por cualquier parte a los parques o colonias de su barrio, en relación con su sexo, Monterrey, 2017



Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

Cuadro 3.97. En los barrios de los mayores, sería mejor que no hubiera cercas, para poder entrar por cualquier parte a los parques o colonias de su barrio, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Sin cercas y bardas sería más fácil llegar a parques y colonias 35.36							
		Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre	Total
Sexo	Varón	16,0	9,7	29,6	21,8	22,8	100,0
	Mujer	21,4	12,0	23,5	18,8	23,9	100,0
Edad	60 a 74 años	20,2	11,8	23,9	20,2	23,6	100,0
	75 y más años	15,3	8,5	33,1	20,3	22,9	100,0
Estado civil	Casado	20,2	10,7	26,0	21,5	21,1	100,0
	Viudo	17,2	13,3	26,6	19,5	23,4	100,0
	Divorciado	15,4	2,6	23,1	23,1	35,9	100,0
	Soltero	20,0	8,0	36,0	8,0	28,0	100,0
Ocupación	Negocio propio	23,8	6,0	31,0	21,4	17,9	100,0
	Profesionista independiente	4,3	8,7	33,3	29,0	24,6	100,0
	Funcionario administrativo	16,7	16,7	21,4	11,9	33,3	100,0
	Ama de casa	20,8	12,1	24,8	16,8	24,8	100,0
	Obrero calificado	19,4	3,2	19,4	25,8	32,3	100,0
	Obrero no calificado	19,0	28,6	19,0	19,0	14,3	100,0
	Docente	7,1	14,3	28,6	28,6	21,4	100,0
Laboralmente activo	No trabaja	17,2	12,9	26,9	15,1	28,0	100,0
	Empleado(a) doméstico	24,1	13,8	20,7	24,1	17,2	100,0
	Labores del hogar	16,7	15,6	30,0	15,6	21,1	100,0
	Media jornada	14,0	3,5	36,8	21,1	24,6	100,0
	Jornada completa	29,0	10,1	15,9	17,4	27,5	100,0
	Pensionado	13,6	9,1	25,0	30,7	21,6	100,0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora

7.36. Los juegos infantiles en los parques públicos

Los parques públicos juegan un papel muy importante en la actividad física de los habitantes de ciudades con alta densidad poblacional. En comunidades como Hong Kong, el 71% de los visitantes son adultos mayores, de estos la mayor parte son mujeres y gustan de visitar las áreas dedicadas a deportes, es de preguntarse por qué no sucede así en las comunidades del Área Metropolitana de Monterrey, en donde los mayores son quienes menos tienen ánimo de hacer deportes y menos aún las mujeres. Es necesario propiciar en la cultura y en las características físicas de los parques, las características que propicien la actividad física en los adultos mayores. Uno de los mejores motivadores que pueden tener los mayores para acudir a los parques es llevar a jugar a sus nietos, si los parques fueran zonas seguras para los mayores y los niños, se podrían convertir en centro de actividad física para ambos grupos poblacionales, de esta manera se reducirían los índices de obesidad y se propiciaría la salud física de niños y adultos mayores. A la vez sería una oportunidad de convivencia intergeneracional y en particular para los mayores sería una buena oportunidad para socializar, los parques públicos son invaluable para organizar actividades, a bajo costo, que propicien la actividad física de las comunidades que habitan en las grandes metrópolis. La densidad poblacional y el número y calidad de las instalaciones de los parques son buenos predictores del uso de estos, los parques pequeños son los que tienen mayor densidad de usuarios por acre. El equipamiento de los parques debe proveer, lo necesario para satisfacer las demandas que la población pudiera hacer al respecto, de acuerdo con las características y requerimientos de la gente que potencialmente hará uso de ellos. (Chow, 2016). De acuerdo con lo que muestra el cuadro 3.98, vemos que el 40.6 % de las mujeres y el 40.3% de los varones, indican que siempre cuentan con juegos infantiles en los parques que se localizan en las proximidades del lugar en que habitan.

Así mismo, el 26.6% de los varones y el 22.2% de las mujeres casi siempre cuentan con ellos. 20.1% de las mujeres y 16.5% de los hombres algunas veces cuentan con ellos. 7.3% de la población en general casi nunca cuentan con ellos. 9.8% de las mujeres y 9.2% de los varones dicen que nunca cuentan con juegos infantiles en los parques próximos a sus hogares. Al dividir a la población de los adultos mayores en dos grupos poblacionales, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más, de acuerdo con el

cuadro 3.98: el 41.5% de los del segundo grupo y el 40.1% del primero siempre cuentan con juegos infantiles en los parques cercanos a sus casas. 25.5% de los del primer grupo y 21.2% del segundo, casi siempre cuentan con ellos.

También se observa que el 21.2% de los del segundo grupo y 17.4% del primero algunas veces cuentan con juegos infantiles en los parques de sus barrios. 8.5% de quienes pertenecen al primer grupo y 6.8% de los que pertenecen al primero, casi nunca cuentan con este tipo de instalaciones en las proximidades de los parques del vecindario en que viven. El 10.2% de los que pertenecen al primer grupo y el 7.6% de los que pertenecen al primero, nunca cuentan con juegos infantiles en los parques de sus barrios.

Observando la población en estudio desde la perspectiva de su estado civil, el 46.9% de los viudos, 38.8% de los casados, 36% de los solteros y 33.3% de los divorciados, tienen juegos infantiles en los parques de los vecindarios en que habitan. 30.8% de los divorciados, el 26.4% de los casados, 24% de los solteros y 18% de los viudos, casi nunca encuentran juegos infantiles en los parques que se encuentran cerca de sus casas. 24 % de los solteros, 21.1% de los viudos, 17.8% de los casados y 10.3% de los divorciados algunas veces los encuentran. 7.9% de los casados, 7.7% de los divorciados, 7% de los viudos y 4% de los solteros casi nunca encuentran juegos infantiles en los parques de sus barrios. 17.9% de los divorciados, 12 % de los solteros, 9.1% de los casados, 9.1% de los casados y 7% de los viudos, nunca tienen juegos infantiles en los parques de sus barrios.

Dado el incremento de las actividades laborales sedentarias y del uso del automóvil, resulta de crucial importancia para reducir el índice de morbilidad de los pobladores de las grandes urbes, la implementación de parque y áreas verdes adecuadamente equipadas para incrementar las posibilidades de que los adultos mayores hagan uso de ellas en convivencia con el resto de la población. El establecimiento de parques bien equipados es benéfico no únicamente para los usuarios de estos, son un gran atractivo para quienes buscan oportunidades de beneficiarse económicamente, como lo son los dueños de restaurants, que pueden establecerse alrededor de los parques. La presencia de áreas adecuadas para actividades deportivas son una oportunidad no únicamente para aquellos que realizan los deportes, sino también para quienes los observan, creando con esto una gran oportunidad de socialización intracomunitaria al igual que las áreas para recreación

infantil, también la presencia estética del parque y la sensación de seguridad que las personas perciben al hacer uso del mismo, son importantes determinantes de la cantidad de usuarios de los parques (Bedimo-Rung, 2004). En el Área Metropolitana de Monterrey, el 92.9% de los mayores que durante su vida laboral trabajaron como docentes, el 20.3% de quienes lo hicieron como profesionistas independientes y la media porcentual aproximada del 58.1% de los que han laborado como obreros calificados, siempre encuentran juegos infantiles en los parques de sus barrios.

También se observa que el 43.5% de quienes han sido profesionistas independientes, el 7.1% de los docentes y la media porcentual aproximada del 26.2% de los que han laborado en sus propios negocios y de quienes han sido funcionarios administrativos, casi siempre tienen juegos infantiles en los parques de sus vecindarios. El 21.7% de quienes han sido profesionistas independientes, y ninguno de quienes han laborado como docentes y la media porcentual aproximada del 12.9% de quienes han laborado como obreros no calificados, algunas veces encuentran parques con instalaciones de juegos infantiles para los niños en sus barrios. 10.1% de quienes han sido profesionistas independientes, 3.2% de los que han laborado como obreros calificados y la media porcentual aproximada del 6% de los que han trabajado en sus propios negocios casi nunca encuentran parques con este tipo de instalaciones en sus vecindarios. Por otra parte, el 12.9% de los obreros calificados, ninguno de quienes han laborado como docentes y la media porcentual aproximada del 7.1% de los que han trabajado la mayor parte de sus vidas como funcionarios administrativos, nunca los encuentran. De acuerdo con su situación laboral actual el cuadro 3.98 muestra que el 45.6% de quienes laboran durante media jornada, 24.1% de quienes ayudan en casa y la media porcentual aproximada del 37.7% de los que laboran jornada completa, siempre encuentran juegos infantiles en los parques de sus vecindarios. El 34.5% de los que trabajan en casas a cambio de un salario, 19.4% de los que no trabajan y la media porcentual aproximada del 24.4% de los que atienden su propia casa, casi siempre los encuentran. El 22.7% de los pensionados, el 11.6% de los que laboran jornada completa y la media porcentual aproximada del 16.1% de quienes no trabajan, algunas veces los encuentran. 12.9% de los que no trabajan, 2.3% de los que están pensionados y la media porcentual aproximada del 7% de los que laboran media jornada casi nunca los encuentran. 13.8% de los que ayudan en casas a cambio de un salario, 5.3% de los que laboran media jornada del 10 % de quienes laboran atendiendo

su propia casa dicen que, nunca hay juegos infantiles en los parques de sus barrios (ver cuadro 3.98.).

Cuadro 3.98. Los juegos infantiles en los parques de los barrios de los mayores, con respecto a sus características sociodemográficas, Monterrey, 2017

Hay juegos infantiles en los parques de mi barrio 35.37							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	9,2	7,3	16,5	26,7	40,3	100,0
	Mujer	9,8	7,3	20,1	22,2	40,6	100,0
Edad	60 a 74 años	10,2	6,8	17,4	25,5	40,1	100,0
	75 y más años	7,6	8,5	21,2	21,2	41,5	100,0
Estado civil	Casado	9,1	7,9	17,8	26,4	38,8	100,0
	Viudo	7,0	7,0	21,1	18,0	46,9	100,0
	Divorciado	17,9	7,7	10,3	30,8	33,3	100,0
	Soltero	12,0	4,0	24,0	24,0	36,0	100,0
Ocupación	Negocio propio	10,7	6,0	15,5	26,2	41,7	100,0
	Profesionista independiente	4,3	10,1	21,7	43,5	20,3	100,0
	Funcionario administrativo	7,1	4,8	19,0	26,2	42,9	100,0
	Ama de casa	11,4	9,4	20,1	20,1	38,9	100,0
	Obrero calificado	12,9	3,2	12,9	12,9	58,1	100,0
	Obrero no calificado	4,8	4,8	19,0	23,8	47,6	100,0
	Docente	0,0	0,0	0,0	7,1	92,9	100,0
Laboralmente activo	No trabaja	6,5	12,9	16,1	19,4	45,2	100,0
	Empleado(a) doméstico	13,8	6,9	20,7	34,5	24,1	100,0
	Labores del hogar	10,0	5,6	20,0	24,4	40,0	100,0
	Media jornada	5,3	7,0	19,3	22,8	45,6	100,0
	Jornada completa	13,0	8,7	11,6	29,0	37,7	100,0
	Pensionado	8,0	2,3	22,7	22,7	44,3	100,0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración de la autora.

7.37. Espacios físicos destinados al deporte

En un estudio realizado en Carolina del Sur, (E.U) se encontró que al igual que en Monterrey son más hombres que mujeres quienes hacen uso de los parques públicos. De los encuestados el 60% de los varones y el 81.1% de las mujeres utilizaron las pistas pavimentadas para hacer ejercicio. En segundo lugar, los deportes más comúnmente practicados por los adultos fueron: el softball y el béisbol por los varones (14.9%) y el 4.5% de las mujeres preferían utilizar las piscinas. Frente a los resultados de esta investigación la mayor parte de los mayores utilizan las pistas pavimentadas para hacer ejercicio (Reed, 2008). En los parques del Área Metropolitana de Monterrey, la mayor parte de los parques cuentan con espacios pavimentados, en cambio no todos tienen espacio para hacer deportes. En el cuadro N.º. 87 podemos observar que: 39.3 % de las mujeres y 35 % de los varones, siempre cuentan con canchas deportivas en los parques que existen en sus barrios. 27.2 % de los varones y 23.1 % de las mujeres, casi siempre cuentan con este tipo de instalaciones en los parques de sus barrios. 17 % de los varones y 15% de las mujeres, algunas veces cuentan con este tipo de instalaciones en sus barrios. 9% de las mujeres y 8.3% de los varones, algunas veces cuentan con instalaciones para hacer deportes en los parques de sus barrios. 13.7% de las mujeres y 12.6% de los hombres nunca cuentan con canchas deportivas en los parques de los vecindarios en que viven. Si por otra parte dividimos a la población de los mayores en dos grupos de edad, el primero de 60 a 74 años y el segundo de 75 y más, de acuerdo con lo que nos muestra el cuadro N.º 87, 39.4% del primer grupo de edad y 31.4 % del segundo, siempre encuentran este tipo de instalaciones en los parques de los barrios en que habitan. El 25.5% de quienes pertenecen al primer grupo y 23.7% de los del segundo, casi siempre encuentran canchas deportivas en los parques de sus barrios. El 17.8% del segundo grupo y 15.2% del primero, algunas veces las encuentran. 13.6% del segundo grupo y 6.8% del primero casi nunca las encuentran. 13.6% de quienes pertenecen al segundo grupo y 13% de quienes pertenecen al primero, nunca tienen canchas deportivas en los parques de sus vecindarios. Observando la información proporcionada por el cuadro N.º 87, 43.8% de los de 60 y más que son viudos, 38.5% de los adultos mayores cuyo estado civil es el de solteros, 33.9% de los que están casados y 28% de los solteros, siempre cuentan con canchas deportivas en los parques de sus barrios. 28.5% de los casados, 21.9% de los viudos, 20% de los solteros y 17.9% de los divorciados casi siempre cuentan con ellas.

El 17.2% de los viudos, 16.9% de los casados, 16% de los solteros y 7.7% de los divorciados, algunas veces cuentan con ellas en los parques de sus barrios. 15.4% de los divorciados, 8.3% de los casados, 7.8% de los viudos y 4 % de los solteros, casi nunca cuentan con canchas deportivas en los parques de sus barrios. 32% de quienes están solteros, 20.5% de los divorciados, 12.4% de los casados y 9.4% de los viudos, nunca cuentan con ellas (ver cuadro N.º 87).

De acuerdo con la OMS (2018), los países miembros de la OMS acordaron reducir la inactividad física en un 10% para el 2025. De acuerdo con este informe en promedio en el 2018, uno de cada cuatro adultos no tiene el nivel de actividad física adecuado y dado que la inactividad física es una de las principales causas de mortalidad a nivel mundial. Para los adultos de 65 y más, se recomienda, por lo menos, 150 minutos de actividad física moderada o 75 de intensa o una combinación de ambos por semana, y preferentemente 300 minutos para óptimos resultados. De acuerdo con este reporte de la OMS (2018)

“La actividad física regular y en niveles adecuados:

- *mejora el estado muscular y cardiorrespiratorio;*
- *mejora la salud ósea y funcional;*
- *reduce el riesgo de hipertensión, cardiopatía coronaria, accidente cerebrovascular, diabetes, diferentes tipos de cáncer (como el cáncer de mama y el de colon) y depresión;*
- *reduce el riesgo de caídas y de fracturas vertebrales o de cadera; y*
- *es fundamental para el equilibrio energético y el control de peso.”*

Lo preferido por la mayor parte de los adultos mayores es hacer ejercicio en las pistas pavimentadas, quizá por falta de información o por herencia cultural. Si se contara con las instalaciones y la difusión adecuadas podría incrementarse el uso de instalaciones deportivas por este grupo de edad. El 57.1% de los adultos mayores que la mayor parte de su vida laborar trabajaron como docentes, el 27.5% de los que lo hicieron como profesionistas independientes y la media porcentual aproximada del 41.9 % de los obreros calificados, siempre cuentan con instalaciones deportivas en los parques de sus barrios. El 38.1% de los que han laborado como obreros no calificados, 7.1% de los que han laborado como docentes y la media porcentual aproximada del 22.1% de quienes han laborado como amas de casa, casi siempre cuentan con este tipo de instalaciones. El

26.1% de los profesionistas independientes, 4.8% de los obreros no calificados y la media porcentual aproximada del 14.1% de quienes han laborado como amas de casa, algunas veces cuentan con instalaciones deportivas en los parques de sus barrios. 11.9% de los que han laborado como funcionarios administrativos, 4.8% de los que han laborado en sus propios negocios y la media porcentual aproximada del 8,7% de los profesionistas independientes, casi nunca encuentran canchas deportivas en los parques de sus barrios. El 14.3% de los que han laborado como obreros no calificados, 4.3% de los profesionistas independientes y la media porcentual aproximada del 9.5% de quienes han laborado como funcionarios administrativos, nunca encuentran canchas deportivas en los parques de sus barrios. Si observamos los datos del cuadro N.º 87, en lo referente a la actividad laboral actual de los mayores, el 44.8% de las personas que ayudan en casa por una remuneración, el 31.8% de quienes están jubilados y la media porcentual aproximada del 37.6% de los mayores que no trabajan, siempre encuentran canchas deportivas en los parques de sus barrios. El 30.4% de los que laboran jornada completa, 17.2% de los que ayudan en casa a cambio de una remuneración y la media porcentual aproximada del 21.1 % de los que laboran media jornada, casi siempre encuentran este tipo de instalaciones en los barrios en que habitan. 21.6% de los adultos mayores que están pensionados, 11.6% de los que laboran jornada completa y la media porcentual aproximada del 16.1% de los de 60 y más que no trabajan, algunas veces tienen canchas deportivas en los parques de sus barrios. 10.8% de los que no trabajan, 6.7% de quienes atienden su propia casa y la media porcentual aproximada del 7.2% de los que laboran jornada completa, casi nunca cuentan con este tipo de instalaciones en sus vecindarios. El 16.1 % de los que no trabajan, 7% de los que laboran media jornada y la media porcentual aproximada del 10.2% de los que están pensionados, viven en zonas en que los parques cuentan con canchas deportivas (ver cuadro N.º 87). No olvidar que la proximidad a los centros sanitarios, la alimentación adecuada y la recreación están vinculadas a los estados de salud de los mayores que están sanos, al igual que el deterioro del entorno construido, de los lugares en que habitan está considerado como uno de los mayores riesgos para su salud y por estos motivos, procurar que los espacios públicos de las zonas en que habitan los mayores estén adecuadamente equipados para resultarles inclusivos (Spring, 2018).

Cuadro 3.99. La presencia de canchas deportivas en los parques de los barrios de los mayores, en relación con sus características sociodemográficas, Monterrey 2017

Hay canchas deportivas en los parques de mi barrio 35.38							
		Nunca %	Casi nunca %	Algunas veces %	Casi siempre %	Siempre %	Total %
Sexo	Varón	12,6	8,3	17,0	27,2	35,0	100,0
	Mujer	13,7	9,0	15,0	23,1	39,3	100,0
Edad	60 a 74 años	13,0	6,8	15,2	25,5	39,4	100,0
	75 y más años	13,6	13,6	17,8	23,7	31,4	100,0
Estado civil	Casado	12,4	8,3	16,9	28,5	33,9	100,0
	Viudo	9,4	7,8	17,2	21,9	43,8	100,0
	Divorciado	20,5	15,4	7,7	17,9	38,5	100,0
	Soltero	32,0	4,0	16,0	20,0	28,0	100,0
Ocupación	Negocio propio	17,9	4,8	10,7	25,0	41,7	100,0
	Profesionista independiente	4,3	8,7	26,1	33,3	27,5	100,0
	Funcionario administrativo	9,5	11,9	19,0	28,6	31,0	100,0
	Ama de casa	14,1	10,7	14,1	22,1	38,9	100,0
	Obrero calificado	12,9	6,5	19,4	19,4	41,9	100,0
	Obrero no calificado	14,3	9,5	4,8	38,1	33,3	100,0
	Docente	7,1	7,1	21,4	7,1	57,1	100,0
Laboralmente activo	No trabaja	16,1	10,8	16,1	19,4	37,6	100,0
	Empleado(a) doméstico	13,8	6,9	17,2	17,2	44,8	100,0
	Labores del hogar	13,3	6,7	13,3	27,8	38,9	100,0
	Media jornada	7,0	10,5	17,5	21,1	43,9	100,0
	Jornada completa	14,5	7,2	11,6	30,4	36,2	100,0
	Pensionado	10,2	9,1	21,6	27,3	31,8	100,0

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia

PARTE 4: ANÁLISIS DE LOS FACTORES FÍSICOS Y SOCIALES DE LOS ESPACIOS PÚBLICOS AL AIRE LIBRE

En este apartado se presentan los resultados de los análisis estadísticos bivariados (correlación de Pearson), y multivariados (análisis de componentes principales, análisis de clúster) para datos desagregados por colonia, cuyas técnicas permiten examinar la interdependencia entre las variables, y tienen un propósito de predicción.

En el análisis de correlación de Pearson se observaron bajas o nulas asociaciones significativas entre las variables del entorno físico-social del espacio público al aire libre y la actividad de pasear (ver Anexo. Tabla de correlaciones). No obstante, se observó que la variable personas que consideran importante pasear se asoció con las variables efectos positivos para la salud (0.466^{**})¹, percepción de barreras arquitectónicas en el espacio público (-0.238^{**}), y necesidades de ayuda en casa (-0.201^{*}). Estas asociaciones indican que la percepción positiva de pasear en la vejez está relacionada con los efectos percibidos para la salud, la menor necesidad de ayuda en casa (autonomía) y la importancia de la percepción positiva de los factores físicos ambientales (barreras arquitectónicas) en el espacio público.

La variable personas que pasean con frecuencia se relacionó con las variables efectos positivos para la salud (0.251^{**}) y falta de árboles (sombra) en el espacio público (-0.177^{*}). De lo cual, se deduce que la frecuencia de salidas a pasear está vinculada con los efectos positivos en la salud, así como la mayor presencia de arbolado (sombras) en el espacio público. Asimismo, la variable percepción de un lugar próximo y adecuado para pasear en su colonia se asoció con las variables efectos positivos para la salud (0.637), ausencia de bancas públicas (-0.281^{**}), mucha inseguridad por la noche (-0.248^{**}), no atractivos naturales (jardines) (-0.196^{*}), y falta de árboles (sombra) en el espacio público (-0.190^{*}). Al respecto, se indica que la percepción positiva de un lugar próximo y adecuado para pasear en la colonia tiene efectos positivos en la salud percibida, así como se vincula con los factores físicos ambientales y sociales del espacio público

¹ * Correlación de Pearson significativa al nivel 0.05 (bilateral).

** Correlación de Pearson significativa al nivel 0.01 (bilateral).

(menor inseguridad, presencia de bancas públicas para sentarse, más arbolado y atractivos naturales).

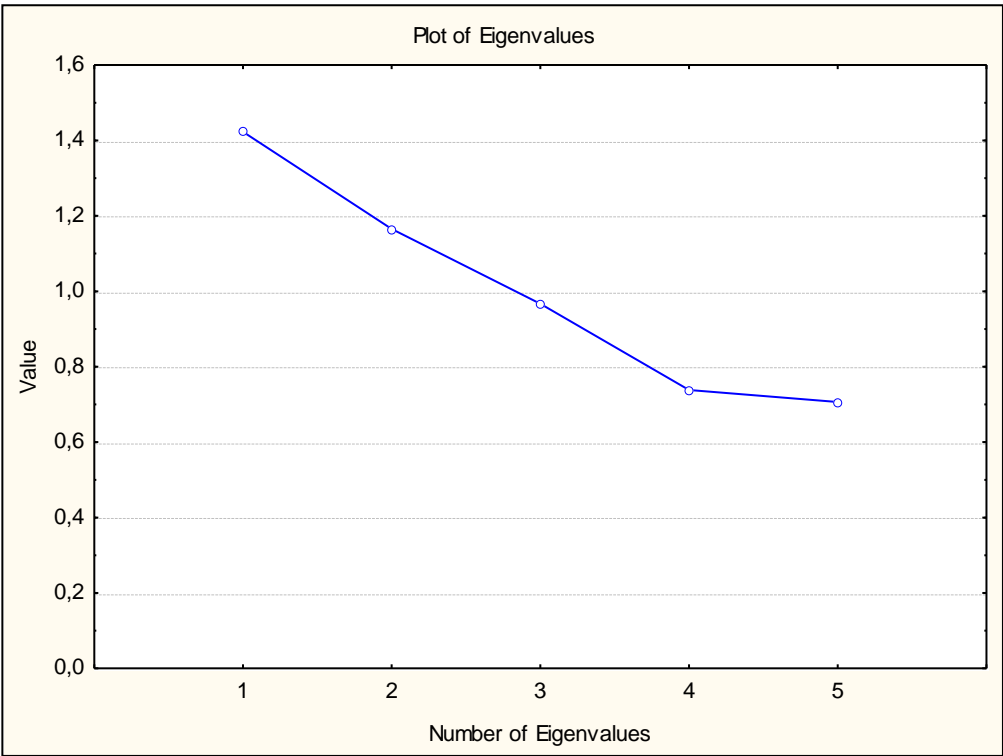
El análisis de componentes principales posibilitó la obtención de factores explicativos que determinan el uso (pasear) de los espacios públicos al aire libre para los adultos mayores, y condicionan el envejecimiento activo en el área Metropolitana de Monterrey. Así, dicho análisis multivariado para datos por colonia se realizó mediante el método de rotación varimax normalizada, y comunalidades y puntuaciones factoriales superiores a 0,5. Aquí, se obtuvieron dos factores explicativos con una varianza total explicada del 51,76% (Cuadros 4.1 y 4.2, y Gráfica 4.1).

Cuadro 4.1. Eigenvalores. Análisis de componentes principales

Factor	Descripción	Eigenvalue	% Total	Cumulative	Cumulative
1	Pasear con frecuencia	1,422865	28,45730	1,422865	28,45730
2	Seguridad para pasear	1,165238	23,30475	2,588102	51,76205

Fuente y elaboración propia.

Figura 4.1. Eigenvalores. Análisis de componentes principales



Fuente y elaboración propia.

El primer factor, denominado *Pasear con frecuencia*, que explica el 26,04% de la varianza total, se compone de tres variables: porcentaje de personas que pasean con mucha frecuencia por colonia, alto porcentaje de obreros no cualificados por colonia, y bajo porcentaje de mujeres. De lo cual, se deduce que en las colonias con mayor presencia relativa de personas que pasean con frecuencia hay un mayor predominio de varones y trabajadores no cualificados. A su vez, el segundo factor, *Seguridad para pasear*, que explica el 25,72% de la varianza total, lo constituyen dos variables: porcentaje de personas que perciben mucha inseguridad durante la noche, y bajo porcentaje de personas que viven cerca de lugares para pasear. Dicho factor evidenciaría que, en las colonias con mayor inseguridad para pasear durante la noche se vincula con una limitación para pasear en lugares próximos.

Cuadro 4.2. Factor loadings and Communalities. Análisis de componentes principales

Variables	Descripción	Factor 1	Factor 2	Communalities
Mujeres	% de mujeres por colonia	0,499141	-0,535116	0,93725
Obreronocalif	% de obreros no cualificados por colonia	-0,136417	0,616154	0,55328
siFrecpasear20	% de personas que pasean con mucha frecuencia	-0,202357	0,739340	0,57554
Cercalugarpasear	% de personas que viven cerca de lugares para pasear	-0,606922	-0,162549	0,61443
Insegurinoche	% de personas que perciben mucha inseguridad durante la noche	0,790488	-0,217110	0,70964
Expl.Var		1,301926	1,286176	
Prp.Totl		0,260385	0,257235	

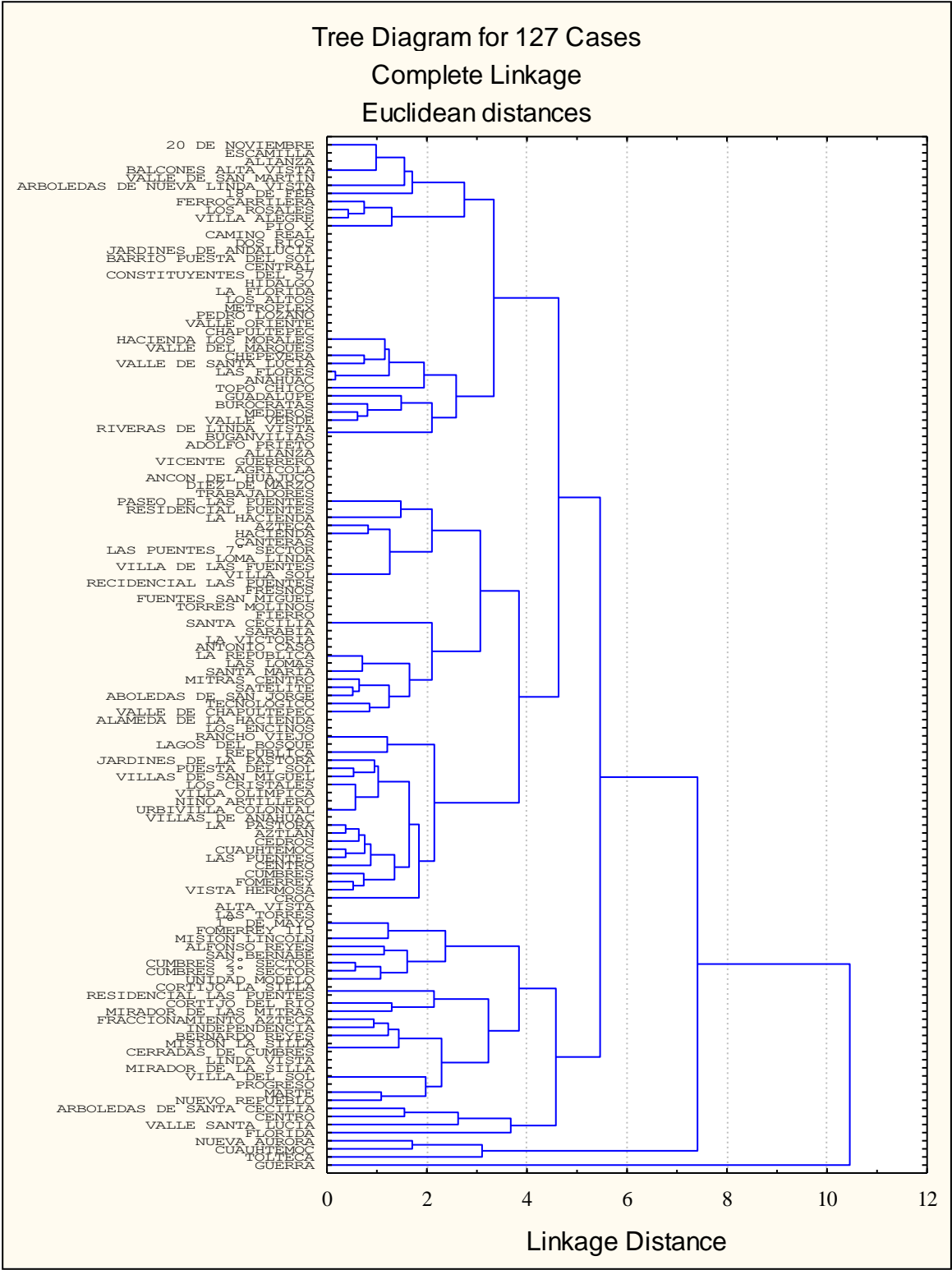
Fuente y elaboración propia.

En la distribución espacial de las puntuaciones del factor 1 (*Pasear con frecuencia*) (ver Anexo Factor Scores), los valores más altos se localizaron en las colonias Guerra, Linda Vista, Morador de la Silla, Villa de Sol, Progreso y Tolteca. Aquí, se localizaron una mayor presencia relativa de adultos mayores que pasean con frecuencia, así como un mayor predominio de varones y trabajadores no cualificados. A la inversa, las puntuaciones más bajas de este factor se localizaron en las colonias de Adolfo Prieto, Alianza, Vicente Guerrero, Agrícola, Ancon del Huajuco, Diez de Marzo, Trabajadores, Paseo de las Puentes y Residencial Puentes.

En la distribución espacial de las puntuaciones más altas del factor 2 (*Seguridad para pasear*) se concentraron en las colonias Arboledas de Nueva Linda Vista, Escamilla, Alianza, Balcones Alta Vista, Valle de San Martín y 18 de febrero. En dichas colonias se registra una percepción muy negativa de la inseguridad para pasear durante la noche, y se vincula con una limitación para pasear en lugares próximos. Al contrario, las puntuaciones más bajas de este factor se localizaron en las colonias Cuauhtémoc, Nueva Aurora, Tolteca, y Arboledas de Santa Cecilia.

Con el análisis de clúster se posibilitó la agrupación de colonias relativamente homogéneas a partir de las puntuaciones de los factores obtenidos (ver Anexo Factor Scores), y mediante distancias euclidianas (Gráfico 4.2). Como resultado se obtuvieron 4 tipologías de colonia: Primera tipología estuvo formada por la colonia Guerra; la segunda tipología concentró a las colonias Cuauhtémoc, Nueva Aurora, Tolteca, y Arboledas de Santa Cecilia; la tercera tipología aglutinó a las colonias Cumbres, Centro, y Los Cedros; y la cuarta tipología incluyó a las colonias 20 de noviembre, Escamilla, y Alianza. De ello, se deduce que el nivel socioeconómico y cultural de los residentes de edad a nivel de colonia incide positivamente en el hecho de pasear y ser considerada una actividad cotidiana importante para sus vidas, favoreciendo el envejecimiento activo a nivel de colonia. Igualmente, se observa que en las colonias con menor nivel socioeconómico de los residentes de edad se incrementa la percepción de inseguridad para pasear durante la noche, así como la distancia física para acceder a lugares óptimos para pasear.

Figura 4.2. Dendograma. Análisis de cluster (distancias euclidianas)



Fuente y elaboración propia.

PARTE 5: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La evolución y perspectivas de futuro de los datos demográficos constatan el avance del envejecimiento de la población a nivel internacional y nacional, y la necesidad de realizar adecuaciones en las políticas públicas por su impacto en los servicios sociales, salud, vivienda, urbanismo y cambio climático (Sánchez-González y Chávez, 2019). En las ciudades de América Latina coindicen dos fenómenos: el proceso de urbanización acelerado y el envejecimiento demográfico (Riaño, 2017). Sin embargo, existe un escaso conocimiento de las interacciones entre ambos fenómenos.

En la región el envejecimiento demográfico urbano plantea retos sin precedentes a los gobiernos locales y la necesidad de favorecer ciudades y comunidades amigables con las personas de edad para promover el envejecimiento activo (Sánchez-González, 2007, OMS, 2018). Justamente, en el Área Metropolitana de Monterrey el envejecimiento demográfico se produce en un contexto de rápido crecimiento urbano y creciente desigualdad social e inseguridad. Asimismo, la feminización y el aumento de las personas de 75 y más años son dos rasgos definitorios de este colectivo y que reflejan el incremento de la esperanza de vida, sobre todo, de las mujeres. A su vez, Monterrey, Guadalupe y San Nicolás de los Garza registran los valores más altos de población adulta mayor, mientras que sus escasos servicios gerontológicos se están viendo desbordados. En estos municipios regiomontanos el vehículo ha desplazado al peatón de los espacios públicos, circunstancia que se ha visto agravada por la creciente contaminación, la constatación de especulación, la progresiva pérdida de espacios verdes y la inseguridad.

La revisión bibliográfica evidenció la importancia de la actividad física a lo largo de la vida y, especialmente, en la vejez, debido a los efectos beneficios en la salud, seguridad, participación social y aprendizaje continuo. A su vez, los organismos internacionales (OMS, 2002) han subrayado la importancia de favorecer políticas y programas de envejecimiento activo a partir de los recursos personales, sociales y ambientales. Precisamente, se indica que el diseño de los espacios públicos será clave en las futuras políticas desde el enfoque de las comunidades amigables con la edad. Sin embargo, el escaso conocimiento sobre los espacios públicos al aire libre y sus

implicaciones en la actividad física (pasear) para los adultos mayores en ciudades de México y, en general, de América Latina.

La estrategia de envejecer en el lugar está vinculada a la posibilidad de promover el envejecimiento activo. Así, la permanencia en el lugar favorecer la identidad y el apego a los espacios cotidianos, como la vivienda y el vecindario, lo que tiene efectos positivos para la salud y el bienestar de las personas mayores (Chaudhury, 1999; Kellaheer, 2004). Sin embargo, en determinadas circunstancias adversas, como ausencia de espacios públicos y la falta de servicios básicos en colonias desfavorecidas, pueden desaconsejar dicha estrategia (Smith, 2009; Golant, 2015).

Los estudios han probado la existencia de asociaciones significativas entre los factores ambientales (diseño, barreras arquitectónicas, seguridad) de los espacios públicos y la salud y el bienestar de la población envejecida en el vecindario (Lawton 1980). Así, las características físicas y sociales de los espacios públicos al aire libre determinan su acceso y uso (pasear, ocio, relaciones sociales), sobre todo, por los colectivos más vulnerables, personas de edad, discapacitados, mujeres y niños. Justamente, las presiones existentes en los espacios públicos al aire libre condicionan su uso respecto a las capacidades personales (físicas y mentales) de los usuarios (Rantakokko, 2009). Aquí, el tipo de equipamiento urbano reviste una gran importancia al potenciar las actividades de la vida cotidiana de los adultos mayores, como: ocio, deporte y relaciones sociales, los cuales, tienen una gran trascendencia en la salud y calidad de vida. Por ello, el desafío de favorecer programas de intervención enfocados espacios públicos al aire libre amigables con las personas de edad, debe promover la participación e inclusión social de los adultos mayores.

Los resultados de la encuesta indican el aumento de las personas de edad que viven solas, motivado por la viudedad, el divorcio o la soltería, y que aumentan el riesgo de soledad y aislamiento social. Dichos factores de riesgo social se asocian con un aumento de los problemas de salud (físicos y mentales) y de bienestar, así como un mayor confinamiento y menos relaciones sociales (Bazo, 1989; García-Valdez et al., 2019). Al respecto, el aislamiento y la soledad están relacionados con los cambios en las estructuras familiares y sociales, la disminución de recursos sociales y económicos, y las influencias

ambientales adversas (Courtin and Knapp, 2017). Por ello, se ha constatado la relevancia de generar nueva evidencia empírica para posibilitar políticas públicas enfocadas a favorecer ciudades y comunidades amigables con las personas de edad, a partir de promover espacios públicos al aire libre que susciten el envejecimiento activo.

El nivel socioeconómico de los encuestados es bajo, sobre todo, en las mujeres. Las cuales, presentan un menor nivel educativo, menos acceso al mercado laboral formal y menos ingresos en la vejez. Como consecuencia, en esta etapa de la vida las mujeres de edad ven condicionado su acceso al espacio público y a las relaciones sociales por factores socioculturales y económicos. Desafortunadamente, las limitadas políticas sociales aumentan la dependencia económica de éstas, y explica las importantes carencias que presenta este colectivo y que condiciona su calidad de vida (Compán y Sánchez, 2005). A su vez, los cambios en las relaciones familiares y sociales están teniendo consecuencias adversas para las personas dependientes (Santos, 1987), lo cual, se evidencia de forma adversa en la alimentación, los cuidados y el ocio (Meil, 2000).

Entre las características sociales percibidas de los espacios públicos al aire libre más relevantes se encuentra la disponibilidad de apoyo social, la cual, determina el acceso y uso (pasear, relaciones sociales) a estos espacios sociales. Así, la pérdida de espacios sociales dedicados a las personas mayores lleva a su desconexión social, invisibilidad y merma de influencia política en la planificación del vecindario. Por ello, la menor red social, los problemas de acceso a los espacios públicos y una mayor percepción de inseguridad reducen las frecuencias de salidas de la casa (Rantakokko, et. al, 2009). Justamente, el temor a no recibir asistencia por parte de las autoridades o de las personas que circulan en los espacios públicos limitó la actividad de pasear para los adultos mayores más vulnerables en sus barrios. Sin embargo, ciertos cambios en un barrio desfavorecido pueden favorecer su inclusión social (Burns, et al, 2012; Billete y Lavoie 2010). Al respecto, algunos autores (Guzmán, 2003) subrayan la importancia de favorecer la creación de redes sociales vecinales y el fomento de la cultural en la promoción del envejecimiento activo.

Entre las características físicas percibidas de los espacios públicos al aire libre más relevantes destaca la accesibilidad (ausencia de barreras arquitectónicas), la atraktividad (presencia de arbolado), la comodidad (existencia de bancas públicas) y,

sobre todo, la seguridad (alumbrado público, riesgo de caídas, baja tasa de delincuencia y criminalidad) (Rantakokko, 2009, Holland, et. al 2007, Cerin, 2006). Al respecto, los adultos mayores perciben muchos obstáculos (barreras arquitectónicas, falta de limpieza) y pocas rutas para trasladarse de un lugar a otro en sus barrios. También, la falta de limpieza de los espacios públicos desalienta el uso de dichos espacios, sobre todo, para personas con problemas funcionales y cognitivos.

La percepción de la seguridad en el espacio público fue un factor determinante en el acceso y el uso de los espacios públicos al aire libre para los adultos mayores en Monterrey. Precisamente, la inseguridad percibida aumenta la fragilidad y el sentimiento de inhabilidad de los adultos mayores (Chaudhury, et. al, 2012). Como consecuencia, la seguridad percibida condiciona el acceso al espacio público, sobre todo, de los más vulnerables (personas con problemas de discapacidad y bajos recursos económicos) en colonias desfavorecidas (Griñán, 2010). Al respecto, en las últimas décadas en el Área Metropolitana de Monterrey han proliferado las barreras ambientales (bardas, rejas) como estrategia privada frente a la alta inseguridad. Como consecuencia, el acceso a los espacios públicos está condicionado por estas barreras que obstaculizan y limitan su acceso y uso para los adultos mayores, así como segregando socialmente a las colonias desfavorecidas (Brotchie, 2014, Bentley, et. al, 1999). Debemos recordar que el principio de la accesibilidad universal queda cercenado mediante medidas paliativas y fallidas frente a la inseguridad. De hecho, no existe evidencia empírica que corrobore la relación entre las bardas de los espacios urbanos y una menor incidencia de la inseguridad. Por ello, cualquier ejercicio enfocado a diseñar comunidades amigables debe priorizar espacios incluyentes, accesibles, seguros y participativos para el conjunto de la población (Portegijs, 2014).

Los diseños de los espacios públicos destinados a la promoción del envejecimiento activo y saludable deben primar la accesibilidad, seguridad, comodidad y atraktividad (Sánchez-González y Cortés, 2016). En este sentido, cualquier intervención amigable en el espacio urbano debe promover los facilitadores (ausencia de barreras arquitectónicas, presencia de áreas verdes y azules, baja contaminación e inseguridad) y minimizar los efectos de las barreras ambientales que condicionan su uso, como la velocidad del tráfico, la frecuencia de los transportes públicos, la localización y adaptación del diseño de los espacios públicos a las características de los usuarios

dependientes, así como su mantenimiento (limpieza). Además, es necesario que las autoridades promuevan la participación y la gobernanza de los adultos mayores en la planificación de las ciudades amigables con las personas edad, prestando especial atención, a los espacios públicos al aire libre (Buffel et al., 2012; Lladó, 2013).

La presencia de áreas verdes (parques públicos, jardines, arbolado) y de áreas azules (ríos, lagos), así como del paisaje natural, son atractivos que promueven las actividades cotidianas, como pasear y relaciones sociales. También, se ha demostrado que caminar en lugares transitables provistos de árboles, incrementa la longevidad (Takano, 2002). Sin embargo, el rápido crecimiento urbano, la especulación, la desaparición de áreas verdes y la contaminación están degradando el paisaje natural, lo que tiene efectos adversos para la salud y el bienestar de los adultos mayores (Sánchez, Adame y Rodríguez, 2018). De hecho, la mayor parte de los mayores que fueron entrevistados, no cuentan con un lugar adecuado (con árboles) para pasear a cuatro o cinco calles del lugar en que viven. Por ello, es recomendable promover una normativa respetuosa con la preservación del paisaje natural y sus elementos, así como incentivar campañas de arborización. Justamente, el incremento de la masa forestal urbana tiene beneficios tangibles, como la reducción de la contaminación y de los efectos del clima extremo (altas temperaturas), el aumento del confort ambiental de los peatones, y una mayor la vinculación de una sociedad con los elementos naturales y la sostenibilidad en un contexto de cambio climático.

Los resultados del estudio han evidenciado que el factor socioeconómico y cultural condiciona el acceso a los espacios públicos para pasear en la vejez. Así, en las colonias con bajo nivel socioeconómico (alta presencia de obreros no cualificados) se registran mayores problemas de acceso a los espacios públicos (barreras arquitectónicas, ausencia de áreas verdes, falta de bancas públicas) y un menor porcentaje de personas que salen a pasear. A la inversa, en las colonias con mayor nivel socioeconómico se registra un mayor porcentaje de personas que salen a pasear y que perciben menores problemas de acceso a los espacios públicos. De todo ello, se deduce que el envejecimiento activo se promociona en las colonias con mayor estatus socioeconómico, mientras que la falta de recursos públicos repercute negativamente en la promoción de este. Por lo cual, se recomienda llevar a cabo acciones que favorezcan cambios socioculturales y mayor apoyo institucional, respecto a la actividad de pasear y favorecer la participación e inclusión de las personas de edad en colonias desfavorecidas.

Después de los resultados del estudio confirman la hipótesis de partida: **las características físicas y sociales de los espacios públicos al aire libre inciden en el envejecimiento activo en el Área Metropolitana de Monterrey**. Por tanto, es importante reflexionar sobre la importancia de las características de los espacios públicos en la salud y calidad de vida en la vejez, sobre todo, en ciudades en desarrollo y altos índices de desigualdad social. Precisamente, las desigualdades sociales existentes inciden en el acceso y uso a los espacios públicos de los adultos mayores, condicionando la práctica de actividades físicas (pasear) y sociales (relaciones sociales) (Iwarsson, et. al, 2003). Por ello, las políticas públicas deben promover la igualdad de oportunidades en el acceso y uso de los espacios y servicios públicos a la población y, sobre todo, en la vejez. Precisamente, el fomento de la cultura del ocio, la colaboración y la solidaridad son vías adecuadas para lograr este fin, así como promover una sociedad basada en el envejecimiento activo. A su vez, se debe promover la adaptación de los espacios urbanos a las necesidades y demandas de una sociedad que envejece (Rantakokko, 2010).

Entre las conclusiones del estudio se recomienda implementar áreas para pasear debidamente equipadas, ya que representan una solución social y económica para resolver distintas problemáticas. De hecho, estas soluciones pueden contribuir a la disminución del gasto en salud y atención a la dependencia, asociados con los efectos adversos del aislamiento social y el sedentarismo en los mayores (Salas y Sánchez, 2014). También, el acceso a los espacios públicos para pasear promueve el envejecimiento activo y tiene un efecto positivo en la reducción de los riesgos de problemas mentales, así como mayor autonomía y bienestar (Guzmán, 2003).

A continuación, se proponen distintas líneas de investigación futuras:

- Favorecer estudios longitudinales que combinen datos de encuestas y de auditorías ambientales para comprender las implicaciones de los ambientes físicos-sociales de los espacios públicos sobre la práctica de pasear en la vejez.

- Mejorar el conocimiento sobre qué características físicas y sociales de los espacios públicos al aire libre determinan las percepciones ambientales, como seguridad, accesibilidad y atraktividad.
- Estudiar los procesos participativos para los adultos mayores en el diseño de espacios públicos amigables.
- Analizar los mecanismos institucionales en la promoción de la actividad física en la vejez (como pasear) y, en general, el fomento del envejecimiento activo en ciudades de México.

Llegamos a la conclusión, de que el acceso y el uso del espacio público para pasear en la vejez están determinados por factores socioeconómicos, como recursos económicos, redes sociales y salud. Al respecto, cualquier ejercicio de planificación urbana gerontológica debe contribuir a reducir las desigualdades sociales y a mejorar las condiciones de vida de los adultos mayores y sus familias en las colonias desfavorecidas. Asimismo, se debe fomentar la concienciación social, la participación ciudadana y la gobernanza de la colectividad.

Toda propuesta de solución a la complejidad del problema debe implicar a la sociedad desde la tierna infancia, a partir de cambiar la perspectiva estereotipada sobre la vejez (Kornblum, 2009) y la erradicación del edadismo. Llegados a este punto, es necesario que los ciudadanos aprecien el valor del conocimiento y la experiencia obtenidas a lo largo de los años por nuestros mayores. Una riqueza sobre la que se deben asentar los pilares de las futuras comunidades amigables y en la que los espacios públicos pueden propiciar lugares abiertos al necesario encuentro intergeneracional y el envejecimiento activo.

BIBLIOGRAFÍA

- AARP. (s.f.). Aceras, (2014). Folleto informativo sobre Habitabilidad, Washington, DC: Walkable and Livable Communities Institute.
- Alcaide, S. (2002). ¿Quién cuida de los abuelos? Diario El País. Madrid, España. Obtenido de: https://elpais.com/diario/2002/08/04/sociedad/1028412001_850215.html
- Alcock, A., Bentley, I., & Mcglynn, S. (1999). Entornos vitales: hacia un diseño urbano y arquitectónico más humano: manual práctico. Barcelona, España: Gustavo Gili, SA.
- Allen, K., & Morey, M. C. (2010). "Physical Activity and Adherence", LLC, doi: https://doi.org/10.1007/978-1-4419-5866-2_22
- Álvarez, E. A. (1996). "La amistad en la edad avanzada", Geriátrika, Vol. 12, N°. 6, p. 51.
- Archivos de medicina del deporte (2003). "¿Por qué el ejercicio protege y mejora las funciones cognitiva, sensorial y motriz del cerebro?". Archivos de Medicina del deporte, Vol. XX, No. 97, pp. 437 – 440.
- Ávila, D., Ríos, A., & Rodríguez, C. (2012). "Mobiliario urbano para construcción de parques saludables en la ciudad de Pereira", Grafías Disciplinarias de la UCP, N°. 19, pp. 29-33.
- Baert, V., Gorus, E., Mets, T., Geerts, C., & Bautmans, I. (2011). "Motivators and barriers for physical activity in the oldest old: A systematic review. Ageing Research Reviews", Ageing Research Reviews, Vol. 10, N°. 4, pp. 464 - 474.
- Balut, A. J. (2014). Centro intergeneracional. Espacios de integración de niños y adultos mayores. Santiago: Facultad de Arquitectura y Urbanismo.
- Barboza, Z. R., & Alvarado, V. M. (1987). "Beneficios de la actividad física y el ejercicio en la tercera edad", Revista educación, Vol. 11, N°. 2, pp. 99-103.
- Bárceñas, P.S. (2015). Planificación de la movilidad urbana y envejecimiento de la población. Aproximación a los transportes públicos en el centro urbano de Monterrey, Nuevo León, México. Nuevo León: Universidad Autónoma de Nuevo León.

- Bárcenas-Padilla, S.; y Sánchez-González, D. (2017): "Accesibilidad y movilidad urbana para personas mayores / Accessibility and urban mobility for elderly people", en Nora Livia Rivera-Herrera; María Teresa Ledezma-Elizondo; y Diego Sánchez-González (coord.): Espacios públicos inclusivos. Inclusive public spaces. Monterrey: Universidad Autónoma de Nuevo León-Universidad Autónoma de Madrid, pp. 31-50.
- Bartlett, H., & Peel, N. (2005). "Behavioral determinants of healthy aging". American Journal of Preventive Medicine. pp. 98-109. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2004.12.002>
- Bass, S. A., Caro, F. G., & Chen, Y. P. (1993). "Achieving a productive aging society". En: Moody, H.R. Aging concepts and controversies. Westport: Auburn House.
- Bauman A., Singh M., Buchner D., Merom D. y Bull F. (2016). "Physical activity in older adults", Gerontologist, Vol. 56, N°. 2, pp. 268 - 280.
- Beagley, J., Daniel, K., Röbbel, N., & Lorenz, F. (2016). "En los espacios verdes: un recurso indispensable para lograr una salud sostenible en las zonas urbanas", Crónica ONU, LIII (3).
- Bean, J. F., Vora, A., & Frontera, W. R. (2014). "Benefits of exercise for community-dwelling older adults", Archives of Physical Medicine and Rehabilitation, Vol. 85, N°. 7, pp. 31- 42. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2004.03.010>
- Bean, J.F., Vora, A., Frontera, W.R. (2004). "Benefits of exercise for community-dwelling older adults". *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 85(7): pp. S31–S42.
- Becker, C. (2012). Evidenzbasierte Sturzprävention im Pflegeheim (Prevención de caídas basada en la evidencia en residencias). Stuttgart: Instituto Federal Alemán para la Prevención de Caídas, Robert-Bosch Hospital.
- Beltrán-Moncada, C. (2013). *Propuesta metodológica de accesibilidad para adultos mayores en los espacios públicos*. San Luis Potosí: Universidad Autónoma de San Luis Potosí.
- Bentley, I.; Alcock, A.; McGlynn, S. (1999). *Entornos vitales: hacia un diseño urbano y arquitectónico más humano: manual práctico*. Barcelona: Gustavo Gili.
- Bermejo, H. J. (2003). "La soledad en los mayores", Ars Médica, revista de ciencia médicas, Vol. 32, N°. 2, pp. 126-144.
- Bernard, M., & Graham, D. R. (2013). "Past, Present, and Future in Designing Private and Public Environments for Creating and Sustaining Place". En: Bernard, M., &

- Graham, D. R. (coord.), *Environmental Gerontology: Making Meaningful Places in Old Age*. Nueva York: Springer Publishing Company, pp. 283- 303.
- Bernard, M.; Rowles, G.D. (2013). "Past, present and future in designing private and public environments for creating and sustaining place". En G.D. Rowles y M. Bernard (ed.) *Environmental Gerontology. Creating Meaningful Places in Old Age*. Nueva York: Springer, pp. 283-303.
- Bettini, V. (1998). *Elementos de ecología urbana*. Venecia: Editorial Trotta.
- Biencinto, L. N. (2009). *Manual práctico para una señalización urbana igualitaria*. Federación española de municipios y provincias.
- Bittencourt, M. C., Duarte do Valle Pereira, L. V., & Pacheco Jr., W. (2012). "The Elderly in the Shopping Centers: The Usability Study of Semipublic Spaces as Attractiveness Generator", *A Journal of Prevention, Assessment and Rehabilitation*, Vol. 41, N°. 1, pp. 4163- 4170. Doi: <http://dx.doi.org/10.3233/WOR-2012-0713-4163>
- Bjornsdottir, G., Sigridur, H., & Solveig, A. A. (2012). "Facilitators of and Barriers to Physical Activity in Retirement Communities: Experiences of Older Women in Urban Areas". *American Physical Therapy*, Vol. 92 N°. 4, pp. 551- 562. Doi: <http://dx.doi.org/10.2522/ptj.20110149>
- Blackman, T. (2006). "Placing Health: neighbourhood renewal, health improvement and complexity", *Universidad de Bristol, Inglaterra*, Vol. 7, N°. 2. Doi: 10.5334/ijic.180
- Bon Pastor; Baro, de Viver;. (2013- 2015). *Cohesión Urbana. Proyectos para la mejora de la conectividad urbana*. Barcelona: Facultat de Belles Arts de Barcelona.
- Borst, H. C., De Vries, S. I., Graham, J. M., Van Dongen, J. E., Bakker, I., & Miedema, H. M. (2009). "Influence of Environmental Street Characteristics on Walking Route Choice of Elderly People", *Journal of Environmental Psychology*, Vol. 29, N°. 4, pp. 477- 484. Doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jenvp.2009.08.002>.
- Brach, J. S., Fitz Gerald, S., Newman, A. B., Kelsey, S., Kuller, L., Van Swearingen, J. M., & Kriska, A. M. (2003). "Physical activity and functional status in community-dwelling older women", 14-year prospective study, Vol. 163, N°. 21, pp. 2565-2571. Doi: 10.1001/archinte.163.21.2565
- Brotchie, J. (2014). *Places that love people, Learning from the Carnegie Prize for Design and Wellbeing*.

- Brotchie, J. (2014). *Places that love people, Learning from the Carnegie Prize for Design and Wellbeing*. Dunfermline, UK: Jenny Brotchie, Policy Officer, Carnegie UK Trust.
- Burton, E., & Lynne, M. (2006). *Inclusive Urban Design: Streets for Life*. Oxford: Architectural Press.
- Burton, E., Mitchell, L., & Stride B., C. (2011). "Good Places for Ageing in Place: Development of Objective Built Environment Measures for Investigating Link with Older People's Wellbeing". *BMC Public Health*, Vol. 11, N°. 839. Doi: <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-839>
- Burton, E.; Lynne, M. (2006). *Inclusive Urban Design. Streets for Life*. Oxford: Architectural Press.
- Bustad, L. K. (1997). "In the News", *ILAR Journal*, Vol. 38, N°. 2, pp. 96. Doi: <https://doi.org/10.1093/ilar.38.2.96>
- Cañada, H. J., De Andrés, I. A., & Tamayo, P. M. (2009). *Buenas prácticas en arquitectura y urbanismo para Madrid, Criterios bioclimáticos y de eficiencia energética*. Madrid: Coordinación editorial.
- Carmona V., S. (2009). "El bienestar personal en el envejecimiento", *Iberóforum Revista de Ciencias Sociales de la Universidad Iberoamericana*, Año IV, N°. 7, pp. 48- 65.
- Carmona Valdez, S. E. (2011). *Envejecimiento activo: La clave para vivir más y mejor*. Nuevo León: Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Carrillo, G. O., Cantú, E. J., & Sánchez, C. T. (2014). *Indicadores de la Percepción Ciudadana de Seguridad en el AMM*. Nuevo León: Estudio 10, Tecnológico de Monterrey.
- Castaño, D. M., Vergara, C., & Arango, D. (2015). "Percepción del estado de salud y factores asociados en adultos mayores", *Rev. salud pública*, Vol. 17, N°. 2, pp. 171- 183. Doi: <http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v17n2.30730>
- Castel, R. (1992). "De la exclusión como estado a la vulnerabilidad como proceso", *Affichard, J y Col. Justice sociale et inélités*, pp. 135- 148.
- Castells, M. (2009). *Comunicación y poder*. Madrid, Ed. Alianza Editorial.
- CDMX. (2016). *Manual de Normas Técnicas de Accesibilidad*. Instituto para la Integración al Desarrollo de las Personas con Discapacidad de la Ciudad de México.

- Ceballos, G. O., Álvarez, B. J., & Medina, R. R. (2012). Actividad física y calidad de vida en adultos mayores. Un análisis en la Ciudad de Monterrey. Nuevo León: Editorial El Manual Moderno.
- Cerda, A. L. (2014). "Manejo del trastorno de marcha del adulto mayor", *Rev. med. Clin. Condes*, Vol. 25, N°. 2, pp. 265- 275. Doi: 10.1016/S0716-8640(14)70037-9
- Cerin, E., BE Saelens, JF Sallis, and LD Frank. (2006). Neighborhood Environment Walkability Scale: Validity and Development of a Short Form. *Medicine & Science in Sports & Exercise.*, 38(9), 1682-1691.
- Chaudhury, H., Campo, M., Michael, Y. L., & Mahmood, A. (s.f.). (2015), "Neighborhood environment and physical activity in older adults", *Social Science & Medicine*, Vol. 149, pp. 104- 113. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.12.011>
- Chaudhury, H., Mahmood, A., Michael, Y. L., Campo, M., & Hay, K. (2011). "The influence of neighborhood residential density, physical and social environments on older adults physical activity". *Journal of Aging Studies*. Vol. 26, No. 1 , pp. 35-43. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2011.07.001>
- Chaudhury, H; Campo, M.; Michael, Y.; Mahmood, A. (2016). "Neighborhood environment and physical activity in older adults". *Social Science & Medicine*, 149: pp. 104-113.
- Chávez, A.R. (2014). Vulnerabilidad social de las personas adultas mayores en áreas de riesgo de inundaciones en la Zona Metropolitana de Monterrey, como requisito para obtener el grado de doctor en filosofía con orientación en asuntos urbanos. Nuevo León: Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Chodzko-Zajko, W., Singh F., Minson, Nigg, Salem, G., Skinner, J.S. (2009). "Exercise and physical activity for older adults ", *Med. Sci. Sports Exerc.*, Vol. 41, N°. 7, pp. 1510 – 1530. Doi: 10.1249/MSS.0b013e3181a0c95c
- Cid, C. J. F., (2013). Estrategia local sobre la bicicleta, España: Eloriko udala y Ente Vasco de la Energía.
- Compán-Vázquez, D.; Sánchez-González D. (2005). "Los ancianos al desván. El proceso de degradación biológica y social de la población mayor en el municipio de Granada", *Cuadernos Geográficos*, N° 36: pp. 255-274.
- CONAPO. (2009). La situación demográfica de México. México: Consejo nacional de población, CONAPO.

- Conde, M. P., Alemán Bracho, C., Trinidad Requena, A., & Castón Boyer, P. (2001). La soledad en las personas mayores, Influencias Personales, Familiares y Sociales. Instituto de Migraciones y Servicios Sociales (IMSERSO).
- Congreso Mundial de Gerontología de la I.A.G. (2005). Envejecimiento Activo en el Siglo 21: Construyendo puentes entre la investigación y la práctica. Río de Janeiro, Brasil.
- Cortéz T. M. B. (2013). Entornos públicos atractivos y personas adultas mayores en la ciudad de Aguascalientes, México. Nuevo León: Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Cotman CW, Engesser-Cesar C. (2002). "Exercise enhances and protects brain function", *Exerc Sport Sci Rev*, Vol. 30, N°. 2, pp. 75 - 79.
- Croll SD, Ip NY, Lindsay RM, Wiegand SJ. (1998). " Expression of BDNF and trkB as a function of age and cognitive performance", *Brain Res*, Vol. 812, N°. 1-2, pp. 200 – 208. Doi: [https://doi.org/10.1016/S0006-8993\(98\)00993-7](https://doi.org/10.1016/S0006-8993(98)00993-7)
- Croucher, K., Bevan, M., Attuyer, K., & Gilroy, R. (2016). Moving between generations? The role of familial inter-generational relations in older people's mobility. Reino Unido.
- Cruz G., M. A. (2017). Servicio público de calles, parques y jardines. México: Universidad Nacional Autonoma de México.
- Cuenca, C. M. (2007). OCIO Y MAYORES. Reflexiones prácticas desde la universidad, V Jornadas municipales "familia y comunidad", Instituto de Estudios de Ocio. Universidad de Deusto, Agüimes (Gran Canaria).
- Cunningham, G., & Michael, Y. (2004). Conceptos que guían el estudio del impacto del entorno construido sobre la actividad física para adultos mayores: una revisión de la literatura. *Am J Promot Salud*.
- Cunningham, GO; Michael, YL. (2004). "Concepts guiding the study of the impact of the built environment on physical activity for older adults: a review of the literature". *Am J Health Promot*, 18: pp. 435- 443.
- Cupertino. (2005). APFB Evaluación posterior a la ocupación de las instituciones para los ancianos en el Distrito Federal. Disertación (Maestría en Psicología) - Instituto 88 RBCEH - Diario de Ciencias de envejecimiento humano.
- Daker, M., Pieters, J., & Coffee, N. T. (2016). "Validating and measuring public open space is not a walk in the park", *Australia Planner*, Vol. 53, N°. 2, pp. 143-151. Doi: <https://doi.org/10.1080/07293682.2016.1139605>

- Damon, A., Stoudt, H. W., & McFarland, R. A. (1996). *The Human Body in Equipment Design*. Massachusetts: Harvard University Press.
- De Gracia, M. y Marcó, M. (2000). "Efectos psicológicos de la actividad física en personas mayores". *Psicothema*, Vol. 12, Nº. 2, pp. 285 - 292.
- De Sa, E.; Arden, C.I. (2014). Neighborhood walkability, leisure-time and transport-related physical activity in mixed urban-rural area. . *PeerJ*, 2,11.
- Del Valle, G. G. (2007). *Tiempo y personas mayores*. Colección Dossiers del Tiempo "Los usos del tiempo de las personas mayores". Barcelona: Ajuntament de Barcelona.
- Delgado, M. (2007). *Sociedades movedizas. Pasos hacia una antropología de las calles*. Barcelona: Anagrama.
- Design Guidance Note. (2010). *Creating sporting opportunities in every community, Accessible Sports Facilities, formerly known as Access for Disabled People*. Sport England.
- DiBiase, D. (1990). "Visualization in the earth sciences, Earth and Mineral Sciences", Ed. *Bulletin of the College of Earth and Mineral Sciences*, Vol. 59, Nº. 2, pp. 13- 18.
- Dogra, S., & Stathokostas, L. (2012). "Sedentary Behavior and Physical Activity Are Independent Predictors of Successful Aging in Middle-Aged and Older Adults". *Journal of Aging Research*. Doi: 10.1155 190654. / 2012/190654
- Él, W., Segueta, M., Velcoff, V. A., & De Barros, K. A. (2005). *65+ en los Estados Unidos: 2005*. Washington, DC: Instituto Nacional sobre el Envejecimiento, Oficina del Censo de EE. UU.
- ENCODAT. (2017). *Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco*. Comisión Nacional contra las Adicciones.
- Eronen, J., Von Bonsdorff, M., Rantakokko, M., & Rantanen, T. (2014). "Environmental facilitators for outdoor walking and development of walking difficulty in community-dwelling older adults", *Eur J Ageing*, Vol. 11, No. 1, pp. 67- 75. Doi: 10.1007/s10433-013-0283-7
- Escudero, J. M. (s.f.). "Los viejos en su casa, en su ciudad", en *Scripta Nova. Revista Electrónica de Geografía y Ciencias Sociales*, Vol. VII, No. 146(103).
- Espitia V, C. A. (2011). *Modelo de plan de emergencias y contingencias para parques de atracciones*, FOPAE. Bogotá: Subdirección de emergencias, aglomeraciones y respuesta.

- Fadda, G., & Cortés, A. (2009). "Hábitat y adultos mayores: el caso de Valparaíso", INVI Universidad de Valparaíso, Vol. 24, No. 66, pp. 89-113. Doi: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-83582009000200003>
- Fariñas, D. R. (2012). Una vejez activa en España, Grupo de Población del CSIC. España: EDIMSA Editores Médicos, S.A.
- Fernández-Ballesteros, R. (2002). *Vivir con vitalidad y envejecer con los demás*. Madrid: Editorial Pirámide.
- Fierro, A. (1994). El Buen envejecer. En: J. Buendía (Ed.), Envejecimiento y psicología de la salud. Madrid: Siglo XXI.
- Finlay, J., Frank, T., Sims-Gould, J., & McKay, H. (2015). "Therapeutic landscapes and wellbeing in later life: Impacts of blue and green spaces for older adults", *Health & Place*, Vol. 34, pp. 97-106.
- Flore, R. C., & Herrera, R. L. (Julio- Diciembre 2010). Estudio sobre las percepciones y la educación ambiental, *Tiempo de educar*, año 11, segunda época, número 22.
- Flores-Villavicencio, M. E., Decena-Hernández, K., Vega-López, M. G., Cervantes-Cardona, G. A., Meza-Flores, I. J., & Valle-Barbosa, M. A. (2017-2018). "Transición del adulto mayor productivo al envejecimiento activo", *Rev. Salud Jalisco*, Año 4, No. 1, pp. 48-55.
- Fobker, S., & Reinhold, G. (2006). "Everyday Mobility of Elderly People in Different Urban Settings. The Example of the City of Bonn, Germany". Vol. 43, No. 1, pp. 99- 118. Doi: <http://dx.doi.org/10.1080/00420980500409292>
- Fobker, S.; Grotz, R. (2006). "Everyday mobility of elderly people in different urban settings. The example of the city of Bonn, Germany". *Urban Studies*, 43(1): pp. 99-118.
- Frank, L., Kerr, J., Rosenberg, D., & Rey, A. (2010). "Envejecimiento saludable y en el que se vive: Relación del diseño de la comunidad con la actividad física y el peso corporal en estadounidenses de edad avanzada", *Diario de Actividad Física y Salud*, Vol. 7, No. 1, pp. 82- 90.
- Friedmann, E., Katcher, A. H., Thomas, S. A., Lynch, J. J., & Messent, P. R. (Agosto de 1983). "Social interaction and blood pressure. Influence of animal companions", *J Nerv Ment Dis*, Vol. 171, No. 8, pp. 461- 465. Doi: [10.1097/00005053-198308000-00002](https://doi.org/10.1097/00005053-198308000-00002)
- FUNDACIÓN MAPFRE. (2014). Mayores y Seguridad Vial: Recomendaciones de Diseño Vial. La Perspectiva de los Mayores. Fundación MAPFRE.

- Fundación Navarro Viola (2018). La actividad física en las personas mayores: guía para promover un envejecimiento activo. Buenos Aires: Fundación Navarro Viola; Ciudad de Autónoma de Buenos Aires: Fundación Interamericana del Corazón Argentina
- Fuzhong, L., Fisher, K. J., Brownson, R. C., & Bosworth, M. (2005). "Multilevel Modelling of Built Environment Characteristics Related to Neighbourhood Walking Activity in Older Adults". *Journal of Epidemiology & Community Health*, Vol. 59, No. 7, pp. 558- 564. Doi: 10.1136/jech.2004.028399
- Gallegos, K., García, C., Durán, C., Reyes, H., & Durán, L. (2006). "Autopercepción del estado de salud: una aproximación a los ancianos en México", *Rev. Salud Pública*, Vol. 40, No. 5, pp. 792-801. Doi: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102006000600008>.
- Garay Villegas, S. (2011). El trabajo en diferentes grupos de poblaciones, oportunidades y desigualdades en el empleo. Nuevo León: Universidad Autónoma de Nuevo León.
- Garay Villegas, S., & Avalos Pérez, R. (2009). "Autopercepción de los adultos mayores sobre su vejez", *Revista Kairós*, Vol 12, No. 1, pp. 39-58.
- García, G. (2002). La cultura y la recreación en el adulto mayor. Segunda Jornada de los Derechos de las Personas Mayores. Ciudad de México: RLG 12.
- García, M. D. (2011). "Diseño de sistemas de orientación espacial: wayfinding". En: J. Hernández Galan (Ed.) *Accesibilidad universal y diseño para todos*, Arquitectura y Urbanismo. Madrid: Fundación ONCE, pp. 36-57.
- García Macías, J. (2012). *Ambientes Inteligentes Adecuados para Adultos Mayores*. Segundo encuentro Nacional sobre Envejecimiento y Salud. México: Instituto Nacional de Geriátría.
- García-Valdez, M.T.; Sánchez-González, D.; Román-Pérez, R. (2019). "Envejecimiento y estrategias de adaptación a los entornos urbanos desde la Gerontología Ambiental", *Estudios Demográficos y Urbanos*, 34(1): 101-128.
- Garfin, E. (2004). *A lifetime of caring: An examination of the service needs of older caregivers caring for adults who have developmental disabilities in the City of Kingston*. Ontario: Queen's University.
- Garrido, A., Gándara, G., & Alayo, J. (2013). *Nuestras Ciudades del Futuro, Movilidad sostenible en entornos urbanos la importancia de la accesibilidad* (1 ed.). Erasmus Ediciones.

- Gil, G. S., & Rodríguez-Porrero, C. (2015). Tecnología y personas mayores. Colección: 12 retos, 12 meses. España: Ceapat-Imsero.
- Gobierno de Bután. (2011). Butan y el Índice de la Felicidad Nacional Bruta. Obtenido de YouTube: https://www.youtube.com/watch?v=P2xkX_7Dm5E
- Gobierno de los Estados Unidos Mexicanos (2001) PND Plan Nacional de Desarrollo 2001- 2006. México.
- Gobierno de México, Secretaría de Desarrollo Agrario, Territorial y Urbano. (2019). Programa Nacional de Vivienda 2019-2024. México.
- Golant, S.M. (1984). "Factors Influencing the Locational Context of Old People's Activities". *Research in Aging*, 6 (4): pp. 528-548. <http://dx.doi.org/10.1177/0164027584006004005>
- Golant, S.M. (2015). *Aging in the Right Place*. Baltimore, MD: Health Professions Press.
- Golicnik, B., & Thompson, W. T. (2010). "Emerging relationships between design and use of urban park spaces", *Landscape and Urban Planning*, Vol. 94, No. 1, pp. 38–53. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2009.07.016>
- Gómez, B. M. (2008). El aprendizaje en la tercera edad. Una aproximación en clase de ELE: Los aprendientes mayores japoneses en el instituto Cervantes de Tokio. Universidad Antonio de Nebrija.
- Gómez, G. A. (2014). Lo verde urbano de las ciudades de Salamanca, Valladolid y Zamora: delimitación, localización y percepción. Salamanca: Ediciones Universidad de Salamanca.
- Gomez, M., Curcio, B. (2002). Valoración integral de la salud del anciano. Bogotá: Ed. Colombia.
- Gómez, T. S., Valdez, M. E., & coordinadoras. (2000). La geografía del poder y las elecciones en México. México: IFE, Instituto Federal Electoral.
- González de Gago, J. (2010). Teorías de envejecimiento. *Tribuna del Investigador*, Vol. 11, No. 1- 2.
- González, A. S. (2016). La adaptación del espacio público para conseguir ciudades vivibles por las personas mayores y promover un envejecimiento activo. Valladolid: Universidad de Valladolid.
- Guerrero, C. J., Sarabia, A. B., & Can, V. A. (2016). Incidencia del síndrome de caídas en el hogar, estudio realizado en personas mayores en el rango de edad de 60 a 80 años, Universidad Autónoma de Campeche. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo* ISSN 2007 – 7467, Vol. 6, No. 22.

- Guillen, F. (1994). Actividad física y deporte en la ancianidad. La laguna: Tenerife.
- Guillen, F., Santana, A. y Santana, I. (1993). La actividad física, deportiva y recreativa entre la población grancanaria de la 32 edad: proyecto de investigación, formación e intervención. Sevilla.
- Gutiérrez Garza, E., & Gonzales Gaudiano, É. (2007). De las teorías del desarrollo al desarrollo sustentable, Construcción de un enfoque multidisciplinario. Nuevo León, México: Siglo XXI editores.
- Gutiérrez, L. M., & Gutiérrez-Ávila, J. H. (2010). México y la revolución de la longevidad. Envejecimiento humano. Una visión transdisciplinaria. México: Instituto de Geriatria.
- Guzmán, J. M., & Huenchuan, S. (2003). Redes de apoyo social de personas mayores: Marco conceptual. En: Participación, Ciudadanía e Inclusión Social 51 Congreso Internacional de Americanistas. Santiago de Chile: Naciones unidas, CEPAL, pp. 58 - 63.
- Haldenwang, B. (2008). "Population ageing in the Western Cape province". En: M. Ravayi, C. Groenewald, & S. Gaisie (Edits.) The State of the Population in the Western Cape Province. Cape Town: HSRC Press.
- Hans Werner, W., & Frieder R, L. (s.f.). "Aging in Context Across the Adult Life Course: Integrating Physical and Social Environmental Research Perspectives". En: W. Hans-Werner, P. Windley (Edits.) Annual Review of Gerontology and Geriatrics. Focus on Aging in Context: Socio-Physical Environments. Vol. 23, Springer Publishing Company, pp. 1- 33.
- Hans Werner, W., & Laura N., G. (2007). "Environmental Gerontology". En: J. Birren (Ed.) Encyclopedia of Gerontology. Filadelfia: Elsevier, pp. 494- 502.
- Heredia, G. L. (2006). "Ejercicio físico y deporte en los adultos mayores". Geroinfo, publicación de gerontología y geriatría, Vol. 1, No. 4, pp. 1 - 10.
- Hernández, A.; Gómez, L.F; Parra, D.C. (2010). "Ambientes urbanos y actividad física en adultos mayores: Relevancia del tema para América Latina", *Revista de Salud Pública*, 12(2): pp. 327-335.
- Hernández, G. J., Álvarez, I. F., & Borau, J. J. (Junio 2011). Accesibilidad universal y diseño para todos. Arquitectura y urbanismo. Fundación ONCE para la cooperación e inclusión social de personas con discapacidad.
- Higueras G, M. M. (Noviembre de 2015). Madrid, ciudad amigable con las personas mayores. Madrid: Gobierno del Ayuntamiento de Madrid.

- Hino, A. A. F.; Reis, R. S.; Sarmiento, O. L.; Parra, D. C.; Brownson, R. C. (2014). Built Environment and Physical Activity for Transportation in Adults from Curitiba, Brasil. *J. Urban Health*, 91(3), 446-462.
- Hoehner, C. M., Brennan Ramirez, L. K., Elliott, M. B., Handy, S. L., & Brownson, R. C. (2005). "Perceived and objective environmental measures and physical activity among urban adults ". *American Journal of Preventive Medicine*, Vol. 28, No. 2, pp. 105 – 116. Doi: 10.1016/j.amepre. 2004.10.023
- Holland, C.; Clark, A.; Katz, J.; Peace, S. (2007). *Social Interactions in Urban Public Places*. Bristol: Policy Press.
- Holland, C.; Peace, S.; Kellaher, L. (2002). "Environment and identity in later life: a cross-setting study". *British Psychological Society Annual Conference*, pp. 13-15.
- Hovbrandt, P., Ståhl, A., Iwarsson, S., Horstmann, V., (2007). Very old people's use of the pedestrian environment: Functional limitations, frequency of activity and environmental demands. *European Journal of Ageing*, 4(4), 201-211. doi:10.1007/s10433-007-0064-2
- Hovbrandt, P.; Stahal, A.; Iwarsson, S.; Horstmann, V.; Carlsson, G. (2007). "Very old people's use of the pedestrian environment: functional limitations, frequency of activity and environmental demands", *Eur J Ageing*, 4: pp. 201-211.
- Humpel, N., Owen, N., & Leslie, E. (Abril de 2002). Environmental factors associated with adults' participation in physical activity: a review. Obtenido de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11897464>
- Hung, K., & Crompton, J. L. (2006). Benefits and Constraints Associated with the Use of an-Urban Park Reported by a Sample of Elderly in Hong Kong. *Leisure Studies*, Vol. 25, No. 3, pp. 291–311. Doi: <https://doi.org/10.1080/02614360500409810>
- Imbernon, J., Villacorta M, J. L., Zelaya F, C. L., & Valle, A. A. (2005). Fragmentación y conectividad del bosque en El Salvador Aplicación al Corredor Biológico Mesoamericano. *Bois et forêts des tropiques*, No. 286(4), pp. 15.
- IMERSO. (2011). Libro blanco del “Envejecimiento Activo”. Madrid: IMSERSO.
- INEGI Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (s.f.). Mujeres y hombres en México 2015 / Instituto Nacional de Estadística y Geografía. INEGI.
- INEGI, Instituto Nacional de Estadística, (2014) Censos Económicos. Estados Unidos Mexicanos.

- INEGI, Instituto Nacional de Estadística. (2015). Principales resultados de la Encuesta Intercensal. Instituto Nacional de Estadística y Geografía, Estados Unidos Mexicanos.
- INEGI. (2000). XII Censo General de Población y Vivienda. Tabulados Básicos y por Entidad Federativa. Bases de Datos y Tabulados de la Muestra Censal. Obtenido de <http://www.inegi.gob.mx>
- INEGI. (2010). Censo de Población y Vivienda. SNIEG. Información de Interés Nacional.
- Instituto para la Atención de los Adultos Mayores en el Distrito Federal. (2009). Perfil de mortalidad de adultos mayores de 70 años y más en el Distrito Federal.
- Iwarsson, S. (2005). "A Long-Term Perspective on Person– Environment Fit and ADL Dependence Among Older Swedish Adults", *The Gerontologist* Copyright, Vol. 45, No. 3, pp. 327– 336. Doi: <https://doi.org/10.1093/geront/45.3.327>
- Iwarsson, S. (2005). "A long-term perspective on person– environment fit and ADL Dependence Among Older Swedish Adults", *The Gerontologist*, 45(3), pp. 327-336.
- Iwarsson, S., & Agneta, S. (2003). "Accesibility, Usability and Universal Design- Positioning and Definition of Concepts Describing Person-environment Relationships", *Disability and Rehabilitation*, Vol. 25, No. 2, pp. 57- 66. Doi: <http://dx.doi.org/10.1080/dre.25.2.57.6>
- Iwarsson, S.; Stahl, A. (2003). "Accesibility, Usability and Universal Design- Positioning and Definition of Concepts Describing Person-environment Relationships". *Disability and Rehabilitation*, 25(2): 57-66.
- Iwarsson, S.; Stahl, A. (2013). "Mobility in Outdoor Environments in Old Age". In G.D. Rowles y M. Bernard (ed.) *Environmental Gerontology. Creating Meaningful Places in Old Age*. Nueva York: Springer, pp. 175-198.
- Izal, M., & Fernández-Ballesteros, R. (1990). "Modelos ambientales sobre la vejez". *Anales de Psicología*, Vol. 6, No. 2, pp. 181- 198.
- Jiménez, A. (2016). "Deporte y Salud desde la perspectiva local ". En: R. Méndez, C. Atero y J. Escudero. *Actividad física y salud en el ámbito local. Jornada de buenas prácticas*. Madrid: Comunidad de Madrid. pp. 16 - 34.
- Jiménez O., Núñez M., Coto V. (2013). "La actividad física para el adulto mayor en el medio natural. Outdoor exercise and the elderly.". *Print version*, Vol. 14, No. 27, pp. 2215 – 2458.

- Kaczynski, A.T.; Henderson, K.A. (2007). "Environmental Correlates of Physical Activity: A Review of Evidence about Parks and Recreation", *Leisure Sciences*, 29: pp. 315-354.
- Keskinena, K. E., Rantakokko, M., Suomib, K., Rantanena, T., & Portegijsa, E. (2018). "Nature as a facilitator for physical activity: Defining relationships between the objective and perceived environment and physical activity among community-dwelling older people", *Finlandia, Health & Place* Vol. 49, pp. 111- 119. Doi: 10.1016/j.healthplace.2017.12.003
- Keysor, J.J.; Jette, A.M. (2001). "Have we oversold the benefit of late-life exercise?", *Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences*, 56A (7): pp. M412–M423.
- King, A. C., Baumann, K., O’Sullivan, P., Wilcox, S., & Castro, C. (2002). "Effects of moderate-intensity exercise on physiological, behavioral, and emotional responses to family caregiving: A randomized controlled trial. *The Journals of Gerontology*", *Biological Sciences and Medical Sciences, Serie A*, Vol. 57, No. 1 , pp. M26-M36. Doi: 10.1093/gerona/57.1.m26
- King, D. (2008). " Neighborhood and individual factors in activity in older adults: Results from the neighborhood and senior health study”. *Journal of Aging and Physical Activity*, Vol. 16, No. 2, pp. 144 - 170. Doi: 10.1123/japa.16.2.144
- Klinenberg, E. (2003). *Heat Wave: A Social Autopsy of Disaster in Chicago*. Chicago: University of ChicagoPress.
- Kühn, S., Düzel, S., Eibich, P. et al (2017). "In search of features that constitute an “enriched environment” in humans: Associations between geographical properties and brain structur", *Sci Rep* 7, No. 11920(2017). Doi: <https://doi.org/10.1038/s41598-017-12046-7>
- Lacalle, M. (2015). La jubilación puede provocar depresión. Obtenido de <http://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-jubilacion-puede-provocar-depresion-20161001083447.html>
- Lang, G., Resch, K. K., Hofer, K., Braddick, F., & Gabilondo, A. (2010). Background document for the Thematic Conference on Mental Health and Well-being among Older. Luxembourg: European Communities.
- Lawton, M P. (1980). *Environment and Aging*. Los Ángeles, CA: Brooks/Cole Publishing AB.

- Lawton, M. P. (1983). *Environment and Aging* (2nd ed.). New York: Center for the Study of Aging.
- Lawton, M.P. (1985). "The elderly in context: Perspectives from environmental psychology and gerontology". *Environment and Behaviour*, 17(4): pp. 501-519.
- Lawton, M. (1999). "Environmental taxonomy: generalizations from research with older adults". En: S. L. Friedman & T. D. Wachs (Eds.), *Measuring environment across the life span: Emerging methods and concepts*, Washington, DC: American Psychological Association, pp. 91-124. Doi: <https://doi.org/10.1037/10317-004>
- Lawton, M.P; Nahemow, L. (1973). "Ecology and the aging process". Eisdorfer C and Lawton MP (eds.), *The psychology of adult development and aging*. Washington, DC: American Psychology Association, pp. 132–160.
- Lee, M. (2016). *Promoting mental health and well-being in later life*. London: Mental health foundation.
- Lekwa, V.L.; Rice, T.W.; Hibbing, MV. (2007). "The Correlates of Community Attractiveness". *Environment and Behavior*, 39(2): pp. 198-216.
- León, S. (1997). *Conceptos sobre espacio público, gestión de proyectos y lógica social: reflexiones sobre la experiencia chilena*. UERE.
- Lladó, M. (2010). *Representaciones sociales: adultos mayores y espacios públicos en la Ciudad de Montevideo*. Uruguay: Universidad de la República.
- López, F.A. (2016). *La accesibilidad en evolución: La adaptación persona-entorno y su aplicación al entorno residencial en España y Europa*. Tesis doctoral. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona.
- López, M. R. (2011). *Guía para la utilización de pavimentos en espacios públicos*, 1ª jornadas de diseño de pavimentos accesibles. Málaga.
- López, P. P., & Borau, J. L. (2011). "Diseño urbanístico para todas las personas". En: *Accesibilidad universal y diseño para todos*. Arquitectura y urbanismo. Fundación ONCE para la cooperación e inclusión social de personas con discapacidad, pp. 58 - 81
- Lum, T. Y., & Lightfoot, E. (2005). "The effects of volunteering on the physical and mental health of older people". *Research of Aging*, Vol 27, No. 1, pp. 31- 55. Doi: <https://doi.org/10.1177/0164027504271349>
- Lunecke, A., Munizaga, A. M., & J Ruiz, J. C. (2009). *Violencia y delincuencia en barrios: sistematización de experiencias*. Universidad Alberto Hurtado. Santiago.

- Madoz, V. (1998). 10 palabras clave sobre los miedos del hombre moderno. España: Verbo Divino, Estella, pp. 283- 284.
- Mahmood, A., Chaudhury, H., Michael, Y. L., Michael, C., Kara, H., & Sarte, A. (2012). "A photovoice documentation of the role of neighborhood physical and social environments in older adults' physical activity in two metropolitan areas in North America", *Social Science & Medicine*. Vol. 74, No. 8. Doi: 10.1016/j.socscimed.2011.12.039
- Mallarach, J. M., & Marull, J. (2004- 2007). La conectividad ecológica en la planificación territorial y la evaluación ambiental estratégica: Modelización y aplicaciones en el Área Metropolitana de Barcelona, Ciudad y Territorio. Estudios Territoriales.
- Maray, H. N. (2014). Intervención urbana en los espacios públicos. Peñalolen, crece bien seguridad ciudadana.
- Marcos Becerro J.F. (2003). "¿Por qué el ejercicio protege y mejora las funciones cognitiva, sensorial y motriz del cerebro?", *Archivos de medicina del deporte*, Vol. XX, No. 97, pp. 407 - 440.
- Marino, E., Brustia, P., Dimitrios, G. L., & Rollé, L. (2015). "Quality of life in the third age: A research on risk and protective factors", *Procedia-social and behavioral sciences*, Vol. 187, pp. 217- 222. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.03.041>
- Márquez, G. D. (2007). Peatonabilidad, accesibilidad ó caminabilidad y la legislación del Distrito Federal, en materia urbana y vialidad del Distrito Federal en Materia Urbana y Vialidad. Biblioteca pública Virtual del Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM.
- Matsuoka, R. H., & Kaplan, R. (2007- 2008). People needs in the urban landscape: Analysis of Landscape And Urban Planning Contributions. University of Michigan, Landscape and Urban Planning.
- McAuley, E., Blissmer, B., Marquez, D. X., Jerome, G. J., Kramer, A. F., & Katula, J. (2000). "Social relations, physical activity, and well-being in older adults", *Preventive Medicine*, 31(5), 608-917. Doi: <https://doi.org/10.1006/pmed.2000.0740> .
- McCormack, G. R. (2017). Neighborhood built environment characteristics associated with different types of physical activity in Canadian adults. *Health Promot*(37,(6)), 175-185.

- Medina Del C, G. M., Melgar, B. J., & Aranda M, N. (2013). El adulto mayor como usuario del transporte Público de ciudad Juárez, Chihuahua México. XVII Congreso Internacional de Ciencias Administrativas. Universidad del Valle de Atemajac.
- Meléndez Moral, J. C. (1998). Apoyo social, tercera edad y autopercepción. Facultad de Psicología, Universitat de Valencia. Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación.
- Méndez, R., Atero, C., & Escudero, J. C. (2016). Actividad física y salud en el ámbito local, Jornada de Buenas Prácticas. Comunidad de Madrid Consejería de Educación, Juventud y Deporte, Dirección General de Juventud y Deporte.
- Mercado, A. Y., Marín, F. A., González, S. R., & Sherwell, B. G. (2004- 2017). Guía de diseño de infraestructura peatonal. IMPLAN, Instituto Municipal de Planeación Saltillo.
- Mezuk, B., & Rebok, G. W. (2008). "Social integration and social support among older adults following driving cessation", *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Science*, Vol. 63, No. 5, pp. 298- 303. Doi: <https://doi.org/10.1093/geronb/63.5.S298>
- Miralles, I. (2011). Envejecimiento Productivo: Las contribuciones de las personas mayores desde la cotidianidad, *Mundos laborales: etnografías y experiencias*. Trab. Soc. N°.16, Santiago de Estero.
- Mobily, K. E., Rubenstein, L. M., Lemke, J. H., O'Hara, M. W., & Wallace, R. B. (1996). "Walking and depression in a cohort of older adults: the Iowa 65+ Rural Health Study", *Journal of Aging and Physical Activity*, Vol .4, No. 2, pp. 119-135. <https://doi.org/10.1123/japa.4.2.119>
- Molero del M, M. (2011). "Apoyo familiar en mayores institucionalizados", *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, Vol 1, No. 1, pp. 31- 43.
- Molina, Z. R. (1998). "El ejercicio y la salud, "La Caminata", beneficios y recomendaciones", *Rev. Costarrica Salud pública*, Vol. 7, No. 12. pp. 65-72.
- Mora M., Villalobos D., Araya G., Ozols A. (2004). "Perspectiva subjetiva de la calidad de vida del adulto mayor, diferencias ligadas al género y a la práctica de la actividad físico-recreativa", *Revista MH Salud*, Vol. 1, No. 1.
- Morales, J. A. (2014). Factores de riesgo social que influyen en la carga alostática del adulto mayor. Doctorado thesis, Universidad Autónoma de Nuevo León.

- Moreno, R., & Sánchez, A. C. (2010). Urbanismo espacios públicos y personas mayores, hacia la amabilidad de las formas. Coruña.
- Mostert, W. P., Hofmeyr, B. E., Oosthuizen, J. S., & Van, Z. (1998). Demography: textbook for the South African student. Pretoria: Human Sciences Research Council.
- Müller N.G. (2019). "Physical Exercise as Personalized Medicine for Dementia Prevention?". *Front Physiol*, Vol. 10, pp. 672. Doi: 10.3389/fphys.2019.00672
- Narváez M, O. L. (2002). Envejecimiento demográfico y requerimientos de equipamiento urbano: hacia un urbanismo gerontológico. Universidad de Aguas Calientes, Papeles de Población. No. 74.
- Navarro V., Brito O., García M., García R. (1996). Programas de actividades físicas y deportivas para las personas mayores, Ejercicio físico y salud. Ediciones NOGAL.
- Neale, C. (2017). Why Green spaces are good for grey matter. Stockholm: University of York.
- Neila, J. (2004). Arquitectura bioclimática. Madrid: Munilla-Leira.
- Newsom, J. T., Kaplan, M. S., Huguet, N., & McFarland, B. H. (2004). "Health behaviors in a representative sample of older Canadians: prevalences, reported change, motivation to change, and perceived barriers". *Gerontologist*, Vol. 44, No. 2, pp. 193- 205.
- Nikolopoulou, M. (2001). The effect of climate on the use of open spaces in the urban environment: Relation to tourism, Centre for Renewable Energy Sources. Grecia.
- Noriega Borge MJ, García Hernández M, Torres Egea MP. (2005). Proceso de envejecer: cambios físicos, cambios psíquicos, cambios sociales [tesis]. Cantabria: Universidad de Cantabria.
- Novillo, H. J. (2011). Gestión de la accesibilidad universal, En: Accesibilidad universal y diseño para todos. Arquitectura y urbanismo. Fundación ONCE para la cooperación e inclusión social de personas con discapacidad, pp. 202 - 219.
- Ocampo Chaparro, J. M. (2010). "Autopercepción de salud: importancia de su uso en adultos mayores", *Colomb. Med.*, Vol. 41, No. 3, pp. 275- 289.
- Ochoa CH, J. P. (Mayo de 2014). Los tiraderos de basura y sus efectos socioambientales en la población circunvecina. México, D.F: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Oka K. (2018). "Walkable Urban Design Attributes and Japanese Older Adults' Body Mass Index: Mediation Effects of Physical Activity and Sedentary Behavior".

- American Journal of Health Promotion 2019, Vol. 33, No. 5, pp. 764 – 767. Doi: <https://doi.org/10.1177/0890117118814385>
- OMS (2007). *Ciudades globales amigables con los mayores: Una guía*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.
- OMS (2002). Un enfoque de la salud que abarca la totalidad del ciclo vida. Repercusiones para la capacitación. Londres: Organización Mundial de la Salud.
- OMS (1980). Preparativos para la Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento, 1982. Ciudad de México: Organización Mundial de la Salud.
- OMS (1982). Plan de Acción Internacional de Viena sobre el Envejecimiento. Vienna, Austria: Organización Mundial de la Salud.
- OMS (1986). Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud. Ottawa (Ontario), Organización Mundial de la Salud.
- OMS (2002). Actividad Física para un envejecimiento activo. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.
- OMS (2002). El Abrazo Mundial. Envejecimiento y Ciclo de Vida. Ginebra, Suiza: , Organización Mundial de la Salud.
- OMS. (2007). Ciudades Globales Amigables con los Mayores: Una guía. Ginebra, Suiza, Organización Mundial de la Salud.
- OMS, Organización Mundial de la Salud. (2009). 62.^a Asamblea Mundial de la Salud resoluciones y decisiones anexos. Ginebra, Suiza, Organización Mundial de la Salud.
- OMS (2009). Proyecto red mundial de ciudades amigables. Ginebra, Suiza, Organización Mundial de la Salud.
- OMS (2015). Informe Mundial sobre el Envejecimiento y la Salud. Ginebra Suiza: Organización Mundial de la Salud.
- OMS (2016). Objetivos de desarrollo sostenible. New York, Organización Mundial de la Salud.
- OMS (2016). Protocolo de Vancouver. Vancouver, Canada: Organización Mundial de la Salud.
- OMS, Organización Mundial de la Salud. (2020). Decenio del Envejecimiento Saludable 2020-2030. Buenos Aires Argentina: Universidad Maimónides, carrera de gerontología.

- OMS, Organización mundial de la Salud. (2020). Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Actividad física. Obtenido de: <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
- OMS, Organización Mundial de la Salud, OPS, Organización Panamericana de la Salud. (2019). Plan de acción sobre la salud de las personas mayores, incluido el envejecimiento activo y saludable para el período. Washington, D.C., EUA, OMS.
- ONU Organización de las Naciones Unidas. (1992). Cumbre de la Tierra de Río de Janeiro. Río de Janeiro Brasil.
- ONU Organización de las Naciones Unidas. (1996). Declaración de Estambul sobre los Asentamientos Humanos. Estambul, Turquía.
- ONU Organización de las Naciones Unidas. (2002). Informe de la Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento. Madrid, España.
- ONU Organización de las Naciones Unidas. (2013). Seguimiento del Año Internacional de las Personas Mayores: Segunda Asamblea Mundial sobre el Envejecimiento. Informe del Secretario General. Nueva York, Estados Unidos: ONU.
- ONU Organización de las Naciones Unidas. (2000). Quinta Conferencia Mundial de Promoción de la Salud. Ciudad de México, México.
- ONU Organización de las Naciones Unidas. Departamento de Asuntos Económicos y Sociales, División de Población. (2014). La situación demográfica en el mundo 2014. Informe conciso. Nueva York, Estados Unidos.: ONU.
- ONU, Organización de las Naciones Unidas. (1987). Informe Brundtland, Oslo, Noruega.
- ONU, Organización de las Naciones Unidas. (2002). Declaración de Toronto para la Prevención Global del Maltrato de la Personas Mayores. Toronto, Canadá: ONU.
- Ordförrådet, A. B., & Grannsamverkan, S. (2016). Juntos podemos mejorar la seguridad en su vecindario, Brottsförebyggande. Suecia: Crime Prevention Council.
- Oviedo, E., & Abogabir, X. (2000). "Participación ciudadana y espacio público". En: O. Segovia y G. Dascal (Edits.), Espacio público, participación y ciudadanía. Chile: Ediciones SUR, pp. 19 - 34.
- Owen N, Bauman A. (1992). " The descriptive epidemiology of a sedentary lifestyle in adult Australians", *Internat J Epidemiol.*, Vol. 21, No. 2, pp. 305 – 310. Doi: 10.1093/ije/21.2.305
- Pahor, M., Guralnik, J. M., Ambrosius, W. T., Blair, S., Bonds, D., Church, T., . . . Williamson, J. (2014). "Effect of structured physical activity on prevention of

- major mobility disability in older adults: the life study randomized clinical trial". JAMA, Vol. 311, No. 23, pp. 2387- 2396. Doi: 10.1001/jama.2014.5616.
- Panero Julius, Z. M. (2016). Las dimensiones humanas en los espacios interiores (17 ed.). México: Ediciones G. Gili.
- Peace, S. (2013). "Social Interactions in Public Spaces and Places: A Conceptual Overview". En: R. Graham D, & M. Bernard (Edits.) Environmental Gerontology. Making Meaningful Places in Old Age, pp. 25- 49.
- Peace, S., & Holland, C. (2002). Environment and identity in later life: a cross-setting study. British Psychological Society Annual Conference, Blackpool.
- Peace, S.M.; Holland, C.; Kellaher, L. (2006). *Environment and identity in later life*. New York: Open University Press.
- Pérez, L. R. (2014). "Movilidad cotidiana y accesibilidad: ser peatón en la ciudad de México", Cahiers du CEMCA, Serie Antropología, No. 1, 21. Doi: hal-01104578v1
- Pérez, P., & Martínez, P. C. (2011). Peatones y ciclistas. Magnitud y naturaleza del problema en España y la Unión Europea. España: Grupo de Materias Comunes para la Movilidad Segura.
- Pisco, R. (2016). La ciudad arrugada. ¿qué lugar para los mayores en la ciudad creativa? Universidad de Évora, actas icono14 – IV Congreso Internacional Ciudades Creativas. Asociación de comunicación y nuevas tecnologías.
- Ponce J. (1999). "Ejercicio físico y riesgo de fractura osteoporótica de cadera en mujeres postmenopáusicas.", Revista motricidad, pp. 7 - 23.
- Portegijs, E., Rantakokko, M., Mikkola, T., Viljanen, A., & Rantanen, T. (2014). Association Between Physical Performance and Sense of Autonomy in Outdoor Activities and Life-Space Mobility in Community-Dwelling Older People J. Geriatric Soc. Vol. 62, No. 4, pp. 615- 621. Doi: 10.1111/jgs.12763.
- Portegijs, E., Rantakokko, M., Viljanen, A., Rantanen, T., & Iwarsson, S. (2016). Perceived and objective entrance-related environmental barriers and daily out-of-home mobility in community-dwelling older people. Finland: Gerontology Research Center and Department of Health Sciences, Department of Health Science, University of Jyväskylä.
- Portegijs, E., Tsai, L. T., Rantanen, T., & Rantakokko, M. (2015). "Moving through life-space areas and objectively measured physical activity of older people", PLoS One, Vol. 10, No. 8. Doi: 10.1371/journal.pone.0135308

- Portegijs, E.; Rantakokko, M.; Mikkola, T.M.; Viljanen, A.; Rantanen, T. (2014). "Association Between Physical Performance and Sense of Autonomy in Outdoor Activities and Life-Space Mobility in Community-Dwelling Older People". *J. Geriatric Soc.* 62(4): pp. 615-621.
- Prieto, O. (2009). *Condicions de vida i hàbits de la gent gran a la ciutat de Barcelona*, Barcelona: Observatorio Social de Barcelona. Ajuntament de Barcelona.
- Puyuelo , M., Gual , J., & Galbis, M. (2005). *Espacios abiertos urbanos y personas mayores*. Castellón: Universitat Jaume.
- Rantakokko, M. (2011). *Outdoor Environment, Mobility Decline and Quality of Life Among Older People*, Jyväskylä: University Library of Jyväskylä.
- Rantakokko, M., Iwarsson, S., Hirvensalo, M., Leinonen, R., Heikkinen, E., & Rantanen, T. (2010). "Unmet Physical Activity Need in Old Age", *J Am Geriatr Soc*, Vol. 58, No. 4, pp. 707-712. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.2010.02792.x>
- Rantakokko, M., Iwarsson, S., Kauppinen, M., Leinonen, R., Heikkinen, E., & Rantanen, T. (s.f.). *Quality of Life and Barriers in the Urban Outdoor Environment in Old Age*. Jyväskylä: University Library of Jyväskylä.
- Rantakokko, M., Mäntty, M., Iwarsson, S., Törmäkangas, T., Leinonen, R., Heikkinen, E., & Rantanen, T. (s.f.). "Fear of Moving Outdoors and Development of Outdoor Walking Difficulty in Older People", *J Am Geriatr Soc*, Vol. 57, No. 4, pp. 634-640. Doi: [10.1111/j.1532-5415.2009.02180.x](https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.2009.02180.x)
- Rantakokko; M.; Iwarsson, S.; Kauppinen, M.; Leinonen, R.; Heikkinen, E.; Rantanen, T. (2010). *Quality of Life and Barriers in the Urban Outdoor Environment in Old Age*. Jyväskylä: University Library of Jyväskylä.
- Rantakokko; M.; Mäntty, M.; Iwarsson, S.; Törmäkangas. T.; Leinonen, R.; Heikkinen, E.; Rantanen, T. (2009). "Fear of Moving Outdoors and Development of Outdoor Walking Difficulty in Older People", *J. Am. Geriatr. Soc.* 57: pp. 634-640.
- Rhoda, R., & Tony, B. (2010). *Geo-México: the geography and dynamics of modern México*. MD: Frostburg State University.
- Rhodes, R. E., Saelens, B. E., & Sauvage-Mar, C. (2018). Understanding Physical Activity through Interactions Between the Built Environment and Social Cognition: A Systematic Review. *Sports. Med.* (48, (8)), 1893-309 1912.
- Richard, R. (1996). "The Culture of Cities". En: R. Burdett, & R. R. Projects (Edits.) *Cities for a Small Planet*. NY, USA: The Monacelli Press.

- Rivera C, S. G., Escobar R, C. A., & Sosa C, L. B. (2010). *La Caminabilidad en el Diseño Urbano y los Sistemas Adaptativos: Enseñanza de una Realidad Compleja*. Nuevo León: Universidad Autonoma de Nuevo León.
- Rodríguez Martín C.R., Sáez Lara C.B., López Liria R. (2007). "El parque geriátrico: fisioterapia para nuestros mayores ", *Gerokomos*, Vol. 18, Nº. 2, pp. 48- 65.
- Rodríguez, A. N. (2006). *Manual desociología gerontológica*. Barcelona: Ediciones Univers.
- Rojas, M., Silveira, P., & Martínez, L. (2014). *Gerontología y Geriatria, un recuento de poco más de un siglo*. Villa Clara: Hospital Clínico Quirúrgico “Arnaldo Milán Castro”.
- Rojo Pérez, F. (2011). "El entorno residencial como escenario del envejecimiento en casa y de calidad de vida en la vejez". En F. Rojo Pérez, & G. Fernández-Mayoralas (Edits.), *Calidad de Vida y Envejecimiento*, pp. 271- 319.
- Roque M.L.et. Al. (2010). *Accesibilidad al medio físico para los adultos mayores*. Buenos Aires.
- Rubinstein, R., & De Medeiros, K. (2005). “Home, Self and Identity”. En: D. Graham, & H. Chaudhury, (Edits.) *Home and Identity in Late Life. International Perspectives*, pp. 47- 62.
- Saad, P. M. (2005). *Los adultos mayores en América Latina y el Caribe: arreglos residenciales y transferencias informales*. Santiago de Chile: Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL).
- Sachs, J. D. (2011). *Mucha televisión podría tener efectos más profundos que una adicción: Obesidad, escaso placer y fragmentación social son atribuidos a estar frente a la pantalla. El tiempo*.
- Salas-Cárdenas, S.M.; Sánchez-González, D. (2014). “Envejecimiento de la población, salud y ambiente urbano en América Latina. Retos del Urbanismo gerontológico”, *Contexto. Revista de la Facultad de Arquitectura de la Universidad Autónoma de Nuevo León*, 8(9): pp. 31-49.
- Sánchez-González, D. (2004): *La situación de las personas mayores en la ciudad de Granada. Estudio geográfico. (Tesis doctoral)*. Granada: Universidad de Granada.
- Sánchez-González, D. (2005): “El proceso de envejecimiento demográfico urbano en Granada y su área Metropolitana “. *Cuadernos Geográficos*, 37, pp. 185-200.

- Sánchez-González, D. (2007). "Envejecimiento demográfico urbano y sus repercusiones socioespaciales en México: Retos de la Planeación Gerontológica", *Revista de Geografía Norte Grande*, 38: pp. 45-61.
- Sánchez-González, D. (2009a): "Contexto ambiental y experiencia espacial de envejecer en el lugar: el caso de Granada", *Papeles de Población*, 15(60): pp. 175-213.
- Sánchez-González, D. (2009b). "Geografía del envejecimiento vulnerable y su contexto ambiental en la ciudad de Granada: Discapacidad, dependencia y exclusión social", *Cuadernos Geográficos*, 45(2): pp. 107-135.
- Sánchez-González, D. (2011): *Geografía del envejecimiento y sus implicaciones en Gerontología. Contribuciones geográficas a la Gerontología Ambiental y el envejecimiento de la población*. Saarbrücken: Editorial Académica Española.
- Sánchez-González, D. (2012): "Aproximaciones a los conflictos sociales y propuestas sostenibles de urbanismo y ordenación del territorio en México". *Revista de Estudios Sociales*, 42, pp. 40-56.
- Sánchez-González, D. (2013): "Prisioneros del espacio urbano. Retos de planificar ciudades amigables para las personas adultas mayores". En: Palacios, A., Sousa, E., Cadena, E. (eds.), *Espacio urbano, reconstrucción y reconfiguración territorial*. Hualpén, Chile: Universidad del Bío-Bío-Universidad Autónoma del Estado de México-Universidad Autónoma de Nuevo León, pp. 101-118.
- Sánchez-González, D. (2014). "Identidad del lugar, envejecimiento y presiones ambientales de la ciudad. Reflexiones desde la gerontología ambiental", en D. Sánchez-González; L.Á. Domínguez-Moreno (Coord.), *Identidad y espacio público. Ampliando ámbitos y prácticas*. Barcelona: Editorial Gedisa, pp. 141-168.
- Sánchez-González, D. (2015). "Ambiente físico-social y envejecimiento de la población desde la Gerontología Ambiental y Geografía. Implicaciones socioespaciales en América Latina", *Revista de Geografía Norte Grande*, 60: pp. 97-114.
- Sánchez-González, D. (2016): "Vivienda intergeneracional y relaciones solidarias entre personas mayores y jóvenes. Aproximaciones desde la Gerontología Ambiental". En: Segado, S. (ed.), *Juventud, emancipación y trabajo social*. Pamplona: Aranzadi-Thomson Reuters, pp. 45-70.
- Sánchez-González, D. (2018): "Natural Landscape and Environmental Gerontology". *Environmental Analysis and Ecology Studies*, 1(5), pp. 1-3. Doi: 10.31031/EAES.2018.01.000525

- Sánchez-González, D.; Adame-Rivera, L.M. (2014): "Identidad ambiental y envejecimiento en el lugar ante los retos del cambio climático. El caso de Monterrey, México". En: Carpio, J.; Cebrián, F; Mínguez, MC; y González, O. (Coord.), *Revisando paradigmas, creando alianzas. VIII Congreso Internacional de Geografía de América Latina*. Madrid: Asociación de Geógrafos Españoles-Universidad Complutense de Madrid, pp. 69-91.
- Sánchez-González, D.; Adame Rivera, L.M.; Rodríguez-Rodríguez, V. (2018). "Paisaje natural y envejecimiento saludable en el lugar. El caso del Parque Nacional Cumbres de Monterrey, México ", *Boletín de la Asociación de Geógrafos Españoles*, 76: pp. 20-51.
- Sánchez-González, D.; Chávez-Alvarado, R. (2016): "Adjustments to Physical-Social Environment of the Elderly to Climate Change: Proposals from Environmental Gerontology". In: Sánchez-González, D.; Rodríguez-Rodríguez, D. (eds.), *Environmental Gerontology in Latin America and Europe. Policies and perspectives on environment and aging*. Series International Perspective on Aging. New York: Springer Publishing Company, pp. 105-126.
- Sánchez-González, D.; Chávez-Alvarado, R. (2016): "Ciudades amigables para un envejecimiento activo: Aproximaciones teóricas y metodológicas". En: Egea-Jiménez, C.; Sánchez-González, D. (coord.), *Ciudades amigables. Perspectivas, políticas y prácticas*. Granada: Editorial Comares, pp. 13-27.
- Sánchez-González, D.; y Chávez-Alvarado, R. (2019): *Envejecimiento de la población y cambio climático. Vulnerabilidad y resiliencia desde la Gerontología Ambiental*. Granada: Editorial Comares.
- Sánchez-González, D.; Cortés-Topete, M.B. (2016): "Espacios públicos atractivos en el envejecimiento activo y saludable. El caso del Mercado de Terán, Aguascalientes, México". *Revista de Estudios Sociales*, 57, 52-67. Doi: <http://dx.doi.org/10.7440/res57.2016.04>
- Sánchez-González, D.; Egea-Jiménez, C. (2011): "Enfoque de vulnerabilidad social para investigar las desventajas socioambientales. Su aplicación en el estudio de los adultos mayores", *Papeles de Población*, 17(69): pp. 151-185.
- Sánchez González, D., & Egea Jiménez, C. (2013). El derecho a la ciudad a través de espacios públicos creativos. En: D. Sánchez González, y C. Egea Jiménez (coords.) *La ciudad, un espacio para la vida. Miradas y enfoques desde la experiencia espacial*. Granada: Universidad de Granada, pp. 129- 145.

- Sánchez-González, D.; Montalvo-Rivero, E.A. (2019): "Vivienda y envejecimiento desde la gerontológica ambiental". En: Sousa-González, E.; Palacios-Barra, A.; Sánchez-González, D.; Ledezma-Elizondo, M.T. (coord.), *El espacio interior de la ciudad metropolitana: retos y posibilidades*. México: Editorial Colofón, pp.139-164.
- Sánchez-González, D.; Rodríguez-Rodríguez, V. (eds.) (2016). *Environmental Gerontology in Europe and Latin America. Policies and perspectives on environment and aging*. New York: Springer.
- Sánchez González, D., Rodríguez Rodríguez, V., & Adame Rivera, L. M. (2016). Entorno natural cotidiano y envejecimiento activo y saludable en el lugar. VII Congreso de la Asociación Latinoamericana de Población y el XX Encuentro Nacional de Estudios de Población, Foz do Iguaçu. Paraná.
- Sánchez-González, D.; Rojo-Pérez, F.; Rodríguez-Rodríguez, V.; Fernández-Mayoralas, G. (2020): "Environmental and Psychosocial Interventions in Age-Friendly Communities and Active Ageing: A Systematic Review". *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 8305, pp. 1-35. Doi: 10.3390/ijerph17228305.
- Santos, G. L., & De las Rivas S, J. L. (2008). "Ciudades con atributos: conectividad, accesibilidad y movilidad". *Ciudades e infraestructura*, No. 11. Doi: <https://doi.org/10.24197/ciudades.11.2008.13-32>
- Santuário, T. A. (2015). *Infraestructura y accesibilidad para la movilidad peatonal: factores de caminabilidad en dos áreas habitacionales de Tijuana, B.C. Baja California: El Colegio de la Frontera Norte*.
- Sarmiento, C. Y Clerc, J. (2016). *Guía Dots para comunidades urbanas*. México: CTS EMBARQ.
- Sarte, A. (2008). *How does neighbourhood environment affect physical activity in later life? An exploratory case study of two North Vancouver neighbourhoods*. Burnaby: Simon Fraser University.
- Satarino, W. A., Ivey, S. L., Kurtovich, E., Kealey, M., Hubbard, A., Prohaska, T. R. (2010). Lower-body function, neighborhoods, and walking in an older population. *Am J. Pred.* Vol- 38, No. 4, pp. 419 - 428. Doi: 10.1016/j.amepre.2009.12.031
- Schutzer, K. A., & Graves, B. S. (2004). "Barriers and motivations to exercise in older adults". *Preventive Medicine*, Vol. 39, No. 5, pp. 1056 – 1061. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2004.04.003>

- Selig, C. M., & Gómez M, G. (2004). Seguridad Barrial. Estrategia de Comunicación Preventiva ante el delito. Buenos Aires: FADU (Universidad de Buenos Aires)
- Sen, A. (2012). La idea de la justicia, México: Ed. Taurus.
- Serrano, J. A. (2013). El papel de la familia en el envejecimiento activo. Madrid: Instituto internacional de estudios sobre la familia.
- Servillo, L., Atkinson, R., & Antonio Paolo, R. (2011). "Territorial Attractiveness in EU Urban and Spatial Policy: A Critical Review and Future Research Agenda". European Urban and Regional Studies. Vol. 19, No. 4, pp. 349-365. Doi: <http://dx.doi.org/10.1177/0969776411430289>
- Sevilla, A. (2004). "El derecho al disfrute". En: N. Garcia Canclini (coord.) Reabrir espacios públicos. Políticas culturales y ciudadanía. México, DF: Plaza y Valdés, pp. 189 - 204.
- Shimada, H., Ishizaki, T., Kato, M., Morimoto, A., Tamate, A., Uchiyama, Y., & Yasumura, S. (s.f.). "How often and how far do frail elderly people need to go outdoors to maintain functional capacity?", Archives of Gerontology and Geriatrics, 50(2), 140-146. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.archger.2009.02.015>
- Sierra Bravo, R. (1988). Técnicas de Investigación social. Madrid: Paraninfo.
- Signes Llopis, M. A. (2003). Terapia/actividad asistida por animales y la 3ª edad. Voraus.
- Silfee, V. J.; Rosal, M. C.; Sreedhara, M.; Lora, V.; Lemon, S. C. (2016). Neighborhood environment correlates of physical activity and sedentary behavior among Latino adults in Massachusetts. . BMC Public Health, 16.
- Simonsick, E. M., Guralnik, J. M., Volpato, S., Balfour, J., & Fried, L. P. (2005). "Just get out the door! Importance of walking outside the home for maintaining mobility: Findings from the Women's Health and Aging Study". J. Am Geriatr. Vol. 53, No. 2, pp. 198– 203. Doi: 10.1111/j.1532-5415.2005.53103.x.
- Smith, A.E. (2009). *Ageing in urban neighbourhoods. Place attachment and social exclusion*. Bristol: The Policy Press-University of Bristol.
- Solís, F. (1999). "El Envejecimiento demográfico: reto del siglo XXI". En: CONAPO (comp.), El envejecimiento demográfico en México: Retos y perspectivas. México: Consejo Nacional de Población, pp. 409- 414.
- Stahal, A., Carlsson, G., Hovbrandt, P., & Iwarsson, S. (2008). "Let's go for a walk!": identification and prioritisation of accessibility and safety measures involving elderly people in a residential area", Ageing, Vol. 5, No. 3, pp. 265– 273. Doi: 10.1007/s10433-008-0091-7

- STCONAPRA. (2016). Modelo para la prevención de lesiones por caídas en personas adultas mayores en México. México, DF: D. R. Secretaría de Salud.
- Strawbridge, W.J.; Deleger, S.; Roberts, R.E.; Kaplan, G.A. (2002). "Physical activity reduces the risk of subsequent depression for older adults". *American Journal of Epidemiology*, 156(4): pp. 328-334.
- Sugiyama, T., & Ward Thompson, C. (2008). "Associations between Characteristics of Neighbourhood Open Space and Older People's Walking". *Urban Forestry & Urban Greening*, Vol. 7, No. 1, pp. 41- 51. Doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ufug.2007.12.002>.
- Sugiyama, T., and C.W. Thompson (2006). "Environmental support for outdoor activities and older people's quality of life". *Journal of Housing for the Elderly*, Vol. 19, No. 3 - 4, pp. 167 – 185.
- Suzman, R., & Beard, J. (2011). *Global Health and Aging*. National Institute on Aging, National Institutes of Health.
- Suzman, R; Beard, JR; Boerma, T; Chatterji, S. (2015). "Health in an ageing world--what do we know?". *Lancet*, 385(9967): pp. 484-486.
- Swinburn, B.; Sager, R. (2003). "Promotion of exercise prescriptions in general practice for older populations", *Geriatrics & Aging*, 6(7): pp. 20-23.
- Takano, T.; Nakamura, K. (2001). "An analysis of health levels and various indicators of urban environments for healthy cities projects", *Journal of Epidemiology and Community Health*, 55(4): pp. 263-270.
- Takano, T.; Nakamura, K.; Watanabe, M. (2002). "Urban Residential Environments and Senior Citizens' Longevity in Mega City Areas: The Importance of Walkable Green Spaces". *Journal of Epidemiology and Community Health*, 56(12): pp. 913-918.
- Talen, E., & Koschinsky, J. (2013). "The Walkable Neighborhood: A Literature Review", *International Journal of Sustainable Land Use and Urban Planning*, Vol. 1, No. 1, pp. 42- 63.
- Thang, L., & Matthew S, K. (2013). "Intergenerational Pathways for Building Relational Spaces and Places". En: G. Rowles, & B. Miriam (Edits.) *Environmental Gerontology: Making Meaningful Places in Old Age*, New York: Springer Publishing Company, pp. 225- 251.
- Thang, L.; Kaplan, M.S. (2013). "Intergenerational Pathways for Building Relational Spaces and Places". In G.D. Rowles y M. Bernard (ed.) *Environmental*

- Gerontology. Creating Meaningful Places in Old Age*. Nueva York: Springer, pp. 225-251.
- Tiedemann, A.; Sherrington, C.; Close, JC.; Lord, SR. (2011). "Exercise and Sports Science Australia Position Statement on exercise and falls prevention in older people", *Journal of Science and Medicine in Sport*, 14(6): pp. 489-495.
- Todd Alanís, G. (2013). Plan de Desarrollo Urbano del Municipio de Monterrey 2013 - 2025. Nuevo León: Instituto Municipal de Planeación Urbana y Convivencia de monterrey.
- Tomasini S, L. V. (2005). "Envelhecimento e planejamento do ambiente construído: em busca de um enfoque interdisciplinar", *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, Vol. 2, No. 1, pp. 76- 88. Doi: <http://doi.org/10.5335/rbceh.2012.22>
- Treviño, J. A. (2016). "Mapa y jerarquía espacial de la Pobreza en México. Un Nuevo Procedimiento para identificar el patrón espacial de los Problemas Sociales." *El trimestre economico*, 83(332). Doi: <http://dx.doi.org/10.20430/ete.v83i332.236>
- UN (United Nations). (2002). Building a society for all ages: ageing and development. Obtenido de: www.un.org/ageing/prkit/ageingdevelopment.html
- UNFPA, Fondo de Población de Naciones Unidas y Help Age International. (2012). Envejecimiento en el Siglo XXI: Una Celebración y un Desafío. Resumen ejecutivo. Nueva York: UNFPA.
- United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2019). "World Population Prospects 2019". Demographic Profiles, Vol. 2.
- United Nations. (2013). "United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division". *Population and Development Review*. Vol. 32, No. 4.
- Urroz, G. A. (2004). Accesibilidad urbana y tercera edad. Argentina: Universidad de Buenos Aires, Mundo Urbano.
- US Department of Health and Human Services [USDHHS]. (1996). Physical Activity and Health: A Report of the Surgeon General. Atlanta, GA: Centers for Disease Control and Prevention.
- USDHHS (1996). *Physical Activity and Health: A Report of the Surgeon General*. Atlanta, GA.: Centers for Disease Control and Prevention.
- Valderrama G, E. (1998). Consumo de medicamentos en los ancianos: Resultados de un estudio poblacional. Madrid: Escuela Nacional de Sanidad.

- Valery, Y. (11 de Julio de 2015). ¿Cuál es la mejor superficie para correr? Citando a Joan Ruis, BBC Mundo.
- Van Cauwenberg, J, Van Holle, V, De Bourdeaudhuij, I, Van Dyck, D, Deforche, B. (2016). " Neighborhood walkability and health outcomes among older adults: the mediating role of physical activity ". *Health Place*, Vol. 37, pp. 16 - 25. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2015.11.003>
- Veenhoven, R. (1994). *Correlates of happiness*. Netherlands: RISBO, Erasmus University Rotterdam.
- Velasco, H. (2007). *Cuerpo y espacio: Símbolos y metáforas, representación y expresividad de las culturas*. Madrid: Editorial Universitaria Ramón Areces.
- Vera, B. M., & Pimienta, R. (1998). *Transición demográfica y familia*. Cd. México: Universidad Autónoma Metropolitana-Xochimilco,
- Vernier, J. L. (1992). *L'Environnement (Que sais-je.)*. France: Presses Universitaires de France.
- Vianello, M., & Caramazza, E. (2002). *Género, espacio y poder. Para una crítica de las ciencias políticas*. Madrid: Ediciones Cátedra.
- Vicente López, J. (2011). *Libro blanco del envejecimiento activo*. Madrid: Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO).
- Vivaldi F., B. (2012). "Bienestar Psicológico, Apoyo Social Percibido y Percepción de Salud en Adultos Mayores". *Terapia psicológica*, Vol. 30, No. 2. pp. 23 - 29. Doi: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082012000200002>
- Wahl, H.W.; Weisman, G.D. (2003). "Environmental gerontology at the beginning of new millennium: Reflections on Its historical, empirical, and theoretical development". *The Gerontologist*, 43(5), pp. 612-627.
- Wallace, D., Chamberlain, A. W., & Fahmy, C. (2018). "Changes in Neighborhood Social Control and Disorder and Their Relationship to Exercise Behavior". *Environment and Behavior*, Doi: 10.1177/0013916518761530
- Ward, T. C., & Brookfield K. (2017). *Mobility, mood and place*. Stockholm Environment Institute, University of York, The University of Edinburgh, Heriot-Watt University, King's College London.
- Ware, J. E. (1987). Standards for validating health measures: definition and content. *J Chronic Dis*, Vol. 40, No. 6, pp. 473-480. Doi: [https://doi.org/10.1016/0021-9681\(87\)90003-8](https://doi.org/10.1016/0021-9681(87)90003-8)

- Warnes, A.M. (1990). "Geographical questions in gerontology: needed directions for research", *Progress in Human Geography*, 14(1): pp. 43-55.
- Webb, J. J. (2006). Vulnerability to flooding in Columbia County, PA: The role of perception and experience among the elderly. Binghamton: State University of New York.
- Wen, C. H., Albert, C. H., & Von Haaren, C. (2018). "Exploring requirements and preferences concerning nature-based recreation, Sustainable Cyties and Society", Leibniz Universität, Hannover, Germany, Vol. 38, pp. 582- 593. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.scs.2018.01.023>
- Weuve, J., Kang, J. H., Manson, J. E., Breteler, M. M., Ware, J. H., & Grodstein, F. (2004). "Physical activity, including walking, and cognitive function in older women". US National Library of MedicineNational Institutes of Health. Vol. 292, No. 12, pp. 1454 - 1461. Doi: 10.1001/jama.292.12.1454
- White, M.P., I. Alcock, B.W. Wheeler, and M.H. Depledge. (2013). "Would you be happier living in a greener urban area? A fixed-effects analysis of panel data". *Psychological Science*, Vol. 24, No. 6, pp. 920 - 928 - 25. Doi: 10.1177/0956797612464659
- White, MN; King, AC; Sallis, JF; Frank, LD; Saelens, BE; Conway, TL; Cain, KL; Kerr, J. (2016). "Caregiving, Transport-Related, and Demographic Correlates of Sedentary Behavior in Older Adults: The Senior Neighborhood Quality of Life Study". *J Aging Health*, 28(5): pp. 812-833.
- WHO (World Health Organization). (1985). Health Impact of Low Indoor Temperatures. Copenhagen: WHO – Regional Office for Europe.
- WHO (World Health Organization). (1997). Guidlines for Community Noise. Ginebra: WHO.
- WHO (World Health Organization). (2001). The World Health Report 2001. Statistical Annex. 2001^a.
- WHO (World Health Organization). (2002). The Toronto declaration on the global prevention of elder abuse. Geneva: WHO.
- WHO (World Health Organization). (2003). Move for health initiative: a concept paper. Recuperado el noviembre de 24 de 2005, de <http://www.who.int/moveforhealth/enS>
- WHO (World Health Organization) (2004). International Plan of Action on Ageing: report on implementation. WHO.

- WHO (World Health Organization). (2007). Ciudades globales amigables con los mayores: Una guía. Ginebra: WHO.
- WHO (World Health Organization). (2009). WHO Guidelines for Indoor Air Quality: Dampness and Mould. Copenhagen: WHO.
- Willcox, C. (2016). Okinawa Centenarian Study, Okinawa International University. Obtenido de YouTube: www.youtube.com/watch?v=CXEEK54ImUo
- Wolf, K.L., & E. Housley. (2016). The Benefits of Nearby Nature in Cities for Older Adults. MD: The TKF Foundation.
- Wretstrand, A., Svensson, H., Fristedt, S., & Falkmer, T. (2009). "Older and local public transit: Mobility effects of accessibility improvements in Sweden", *Journal of Transport and Land Use*, Vol. 2, No. 2, pp. 49- 65.
- Wright, C. L. (2001). *Facilitando el transporte para todos*. Washington, DC: Banco Interamericano de Desarrollo.
- Yanes, P. (1999). Una ciudad para todas las ciudades. En: CONAPO (Ed.), *El envejecimiento demográfico en México: Retos y perspectivas*. México: Consejo Nacional de Población, pp. 509- 514.
- Yubero, S., Larrañaga, E., & Morales, J. F. (2009). *Exclusión, nuevas formas y nuevos contextos*. Cuenca: Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha.
- Zaccaro, H. N.; Atherton, E. (2018). Bright spots, physical activity investments that work- Complete Streets: redesigning the built environment to promote health. *Brit. J. Sport. Med.* (52, (18)), 1168-1169.
- Zniva, R., Lienbacher, E., & Schnedlitz, P. (2014). "Do Older Consumers Change the Marketplace? : Investigating the Person-Environment Relationship in Food Shopping ". En: J. Cotte, & S. Wood Duluth (Edits.) *NA - Advances in Consumer Research*. MN: Association for Consumer Research. Vol. 42, pp. 754- 755
- Zúñiga Elizalde, M. (2014). "Las mujeres en los espacios públicos: entre la violencia y la búsqueda de libertad, *Región y sociedad*", *Región y sociedad*, Vol. 26, No. 4, pp. 78-100.

Anexos

Anexo I. Formato de cuestionario

3.2 CUESTIONARIO SOBRE LAS PERSONAS MAYORES Y LOS ESPACIOS AL AIRE LIBRE EN MONTERREY (2017)

FECHA:	CALLE:	COLONIA:	MUNICIPIO:
CUESTIONARIO #:			

Buenos días / tardes: En la Universidad Autónoma de Nuevo León, se está realizando un estudio con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas mayores en la ciudad de Monterrey. Por tal motivo, le rogamos tenga la amabilidad de responder a unas preguntas muy sencillas. Recuerde que con su participación voluntaria y anónima estará ayudando a muchas personas.

1. **Sexo:** ____ 1.1). Varón ____ 1.2). Mujer
2. ¿Qué **edad** tiene usted? ____ 2.1 años 99. Ns/Nc
3. ¿Cuál es su **estado civil**?
____ 3.1). Casado/a ____ 3.2). Viudo ____ 3.3). Divorciado o separado ____ 3.4). Soltero ____ 3.5). Otro 99. Ns/Nc.
4. ¿Qué **ocupación laboral** ha ejercido durante más tiempo? (*marcar sólo una*) ____
____ 4.1). Negocio propio
____ 4.2). Profesionista independiente (abogado, médico, diseñador, arquitecto...)
____ 4.3). Funcionario, administrativo ____ 4.4). Ama de casa ____ 4.5). Obrero calificado
____ 4.6). Obrero no calificado ____ 4.7). Docente
____ 4.8). Otro ____ 99. Ns/Nc.
5. En la **actualidad** ¿Realiza algún tipo de **trabajo**? (*marcar sólo una*)
____ 5.1). No trabaja en nada ____ 5.2). Ayuda en casa (Remunerado) ____ 5.3). Atiende la casa
____ 5.4). Trabajo media jornada ____ 5.5). Trabajo jornada completa ____ 5.6). Estoy pensionado
____ 5.7). Otros ____ 99. Ns/Nc
6. ¿Normalmente cómo usted percibe su **salud**? (*marcar sólo una*)
____ 6.1) Muy buena ____ 6.2) Buena ____ 6.3) Regular ____ 6.4). Mala ____ 6.5) Muy mala 99. Ns/Nc.
7. ¿Tiene algún problema de **salud**? (*puede marcar varias*)
____ 7.1). Ninguno ____ 7.2). Incontinencia ____ 7.3). Vista ____ 7.4). Oído
____ 7.5). Pies o piernas ____ 7.6). Se pierde fácilmente ____ 7.7). Respiratorios
____ 7.8). Nerviosos ____ 7.9). Otros ____ 99. Ns/Nc.
8. ¿Con que frecuencia usted toma **medicamentos**? (*marcar sólo una*)
____ 1). Nunca ____ 2). Ocasionalmente ____ 3). Todos los días ____ 4). Dos veces al día

___5). Tres veces al día ___7). Otro _____99. Ns/Nc.

9. ¿Ingiera usted **bebidas** alcohólicas? (*marcar sólo una*)

___9.1). Si a diario ___9.2). Algunos días a la semana ___9.3). Algunos días al mes
___9.4). Con menos frecuencia ___9.5). No nunca99. Ns/Nc

Continúa.....

10. ¿Con qué **personas** vive usted normalmente? (*puede marcar varias*)

___10.1). Mi esposo/a ___10.2). Mi/s hijo/s ___10.3). Mi/s nieto/s
___10.4). Mi/s amigo/s o amiga/s ___10.5). Cuidador ___10.6). Enfermero
___7). Mis vecinos/as ___8). Solo/a. ___9). Otros _____99. Ns/Nc.

11. ¿Con qué frecuencia recibe visitas de sus familiares, amigos y vecinos en el hogar? (*marcar sólo una*)

___11.1). Todos los días ___11.2). Algunos días a la semana ___11.3). Uno o dos días al mes
___11.4). Con menor frecuencia ___11.5) Nunca99. Ns/Nc.

12. ¿Se siente usted solo/a?

___12.1). Todos los días ___12.2). Algunos días a la semana ___12.3). Uno o dos días al mes
___12.4). Ocasionalmente ___12.5). Nunca 99. Ns/Nc.

13. ¿Cuántos años lleva viviendo en **esta colonia**? (*marcar sólo una*)

___13.1). Menos de 1 año ___13.2). De 1 a 5 años ___13.3). De 5 a 9 años
___13.4). De 10 a 19 años ___13.5). 20 o más99. Ns/Nc.

14. ¿Cómo siente que es la vida en la **Colonia**? (*marcar sólo una*)

___14.1). Muy buena ___14.2). Buena ___14.3). Regular ___14.4). Mala
___14.5). Muy mala 99. Ns/Nc.

15. ¿Qué tan importante es para usted **salir a pasear**? (*marcar sólo una*)

___15.1). Muy importante ___15.2). Importante ___15.3). Regular
___15.4) Nada importante ___15.5). No me gusta 99. Ns/Nc.

16. ¿Por qué le gusta salir a pasear? (*puede elegir varias*)

___16.1). Pasear a mi mascota ___16.2). Distraerme ___16.3). Ver a mis amigos
___16.4). Ejercitarme ___16.5). Estar con mi familia ___16.6). Otros _____99. Ns/Nc.

17. Las personas que encuentra en su barrio (*puede marcar varias*):

___17.1). Las conozco bien ___17.2). No las conozco ___17.3). Conozco a algunos/as
___17.4). Si necesitara ayuda, me ayudarían ___17.5). Otros _____99. Ns/Nc.

18. ¿Tiene alguna dificultad para tener mascotas en su hogar? (*puede marcar varias*):

___18.1). Falta de espacio ___18.2). Falta de tiempo ___18.3). No me gusta tener mascotas
___18.4). No tengo problemas ___18.5). Otro problema _____99. Ns/Nc.

19. ¿Necesita usted de algún tipo de **ayuda o atención para salir** a pasear cerca de casa? (*Puede marcar varias*).

___19.1). Ninguna ___19.2). Un bastón ___19.3). Utilizo la silla de ruedas
___19.4). Asistencia de otras personas ___19.5). Otros _____99. Ns/Nc.

20. ¿Con qué **frecuencia sale** a pasear en su barrio? (*marcar sólo una*)
____20.1). Todos los días____20.2). Uno o dos días al mes____20.3). Algunos días a la semana
____20.4). Con menor frecuencia ____20.5) Nunca99. Ns/Nc.

Continúa.....

21. ¿Cree usted que salir a pasear es importante para su salud? (*marcar sólo una*)
____21.1). Muy importante____21.2). Importante____21.3). Regular
____21.4) Poco importante____21.5) Nada importante 99. Ns/Nc.
22. ¿Qué tan cerca de su casa hay un lugar adecuado para pasear? (*marcar sólo una*)
____22.1). A una cuadra____22.2). A 2 ó 3 cuadras____22.3). A 4 ó 5 cuadras
____22.4). Mas lejos____22.5). No existen99. Ns/Nc.
23. ¿Con quienes acostumbra a salir a pasear? (*puede seleccionar varias*)
____23.1). Con Mi esposo/a____23.2). Con mi/s hijo/s____23.3). Con mi/s nieto/s
____23.4). Con mi/s amigo/s o amiga/s____23.5). Con mi mascota____23.6). Solo/a.
____23.9). Otros_____ 99. Ns/Nc.
24. 1). ¿Cuáles de estos espacios utiliza para pasear cerca de casa? (*puede elegir varias*)
____24.1). Banquetas____24.2). Calles____24.3). Parques
____24.4). Parques con equipo para hacer ejercicio____24.5). Otros_____ 99. Ns/Nc.
25. Los lugares que existen cerca de mi casa para pasear y caminar: (*marcar sólo una*)
____25.1). Los conozco bien, no han cambiado____25.2). Han cambiado, pero los reconozco bien
____25.3). Han cambiado ya no los reconozco____25.4). Son nuevos
____25.5). Otros_____ 99. Ns/Nc.
26. Cuando sale a caminar o pasear le gusta: (*puede elegir varias*)
____26.1). Caminar en el pavimento____26.2). Sobre tierra seca bien apisonada
____26.3). Sobre el pasto____26.4). No me gusta____26.5). Otro_____ 99. Ns/Nc.
27. ¿Cómo es el paisaje de su barrio? (*puede elegir varias*)
____27.1). Limpio____27.2). Sucio ____27.3). Verde
____27.4). Gris____27.5). Agradable____27.6). Desagradable
____27.7). Familiar ____27.8) Extraño____27.9). Otro_____ 99. Ns/Nc.
28. Las banquetas cerca de casa (*puede elegir varias*):
____28.1). Son muy altas ____28.2). Son muy angostas____28.3). Son amplias
____28.4). Su forma me impide subir a ellas____28.5). Su forma me permite subir con bastón
____28.6). Puedo subir con el andador____28.7). Puedo subir con la silla de ruedas99. Ns/Nc.
29. Los señalamientos que hay en su barrio (*Puede elegir varias*):
____29.1). Son fáciles de entender____29.2). No se entienden____29.3). Nadie los respeta
____29.4). Son respetados por todos____6). No hay señalamientos en mi barrio99. Ns/Nc.
30. La señalización en mi barrio muestran en dónde encontrar (*Puede elegir varias*):
____30.1). Hospitales____30.2). Policía____30.3). Teléfonos públicos
____30.4). Transporte público____30.5). Tiendas99. Ns/Nc.
31. ¿Qué actividades de ocio practica? (*puede elegir varias*)
____31.1). Algún deporte____31.2). Juegos de mesa____31.3). Ver televisión

___31.4). Caminata___31.5). Leer___31.6). Platicar con amigos/as
___31.7). Bailar___31.8). Asistir a Espectáculos___31.9). Otros_____99. Ns/Nc.

Continúa.....

32. ¿Qué cosas mejorarían la vida de las personas mayores de esta ciudad? (*puede marcar varias*)
___32.1). Mejores pensiones___32.2). Con asistencia domiciliaria___32.3). Más
compañía___32.4). Más plazas cerca de casa___32.5). Mejor vigilancia___32.6). Mejor
información

___32.7). Cursos para entender la tecnología moderna
___32.8). Otros_____99. Ns/Nc.

33. ¿En qué actividades comunitarias participa normalmente? (*puede marcar varias*)

___33.1). En ninguna___33.2). Voluntariado (ayudando a otras personas)

___33.3). Actividades religiosas___33.4). Educación para adultos

___33.5). Asociaciones para adultos mayores

___33.6). Otros_____99. Ns/Nc.

34. Pienso que en los lugares que existen cerca de su casa para caminar o pasear debería haber:

(*Puede*

elegir varias)

___34.1). Bebederos___34.2). Un bonito paisaje___34.4). Sanitarios públicos

___34.5). Lugares para leer___34.6). Pantallas para ver deportes

___34.7). Parques arbolados___34.8) Fuentes___34.9). Equipo para hacer ejercicio

___34.10). Bancas___34.11). Jardines___34.12). animales (ardillas, patos...)

___34.13). Juegos infantiles___34.15). Lugares para hacer deportes

___34.16). Lugares para jugar juegos de mesa

___34.17). Grupos con quienes hacer ejercicio

34.18). Personas que nos leyeran en voz alta

___34.19). Clases para aprender a usar los aparatos nuevos (celulares, cajeros.....)

___34.20). Otros_____99. Ns/Nc.

35. Pensando en los lugares cerca de su casa, conteste siempre, casi siempre, algunas veces, casi nunca o nunca (*Elegir solo una de las 5 opciones en cada ítem*).

Ítem #	Ítem	5.Siempre	4.Casi siempre	3.Algunas veces	2.Casi nunca	1.Nunca
35.1	Puedo hacer la mayor parte de mis compras en tiendas locales					
35.2	Las tiendas están a poca distancia a pie de mi casa					
35.3	Es fácil caminar a una parada de (taxi, autobús, tren) desde mi casa para llegar a los lugares para pasear y viceversa					
35.4	En las calles y parques de mi barrio hay muchas pendientes, esto dificulta el caminar					
35.5	Hay muchos obstáculos en mi barrio, hay pocas rutas para llegar de un lugar a otro					
		5.Siempre				1.Nunca

			4.Casi siempre	3.Algunas veces	2.Casi nunca	
35.6	Las calles de mi barrio tienen muchos callejones sin salida					
35.7	Hay banquetas en la mayoría de las calles de mi barrio					
35.8	Hay caminos pavimentados para pasear en los parques de mi barrio					
35.9	Es fácil llegar a senderos para bicicletas o peatones cerca de mi Barrio					
35.10	Las banquetas y caminos que hay en los parques y calles de mi barrio están rotas y hay pozos que dificultan caminar por ellas					
35.11	Hay hierba / basura que obstaculiza las calles y las aceras de mi barrio					
35.12	Es seguro andar en bicicleta o caminar en o cerca de mi vecindario					
35.13	Hay árboles a lo largo de las calles de mi barrio					
35.14	Los árboles dan sombra para las banquetas en mi barrio					
35.15	Hay muchas cosas interesantes para mirar al caminar en mi colonia					
35.16	Mi vecindario está generalmente libre de basura					
35.17	Las personas que hay en mi barrio son amables y me auxilian si necesito ayuda					
35.18	Hay muchos atractivos naturales en mi barrio					
35.19	Hay paisajes atractivos en mi barrio					
35.20	Hay bancas para descansar en los parques de mi barrio					
35.21	En los parques y banquetas de mi barrio hay lugares para resguardarme del sol y la lluvia (además de los árboles)					
35.22	En los parques y calles de mi barrio tengo acceso a servicios de ayuda					
35.23	Hay teléfonos para comunicarme si lo necesito, en los parques de mi barrio					
35.24	Hay tanto tráfico a lo largo de las calles cercanas que hace difícil o desagradable caminar en mi barrio					
35.25	La velocidad del tráfico en la calle en la que vivo es por lo general lenta					
35.26	La mayoría de los conductores superan los límites fijados de velocidad en mi barrio					
35.27	Mi vecindario está bien iluminado por la noche					
35.28	Caminantes y ciclistas en las calles de mi barrio pueden ser vistos fácilmente por la gente desde sus hogares					
35.29	Hay cruces peatonales para ayudar a los caminantes a cruzar las calles en mi barrio					
		5.Siempre	4.Casi siempre	3.Algunas veces	2.Casi nunca	1.Nunca

35.30	Los cruces en mi vecindario ayudan a los caminantes a sentirse seguros cruzando calles concurridas					
35.31	Al caminar en mi barrio hay mucho humo de los escapes de los autos					
35.32	Hay una alta tasa de criminalidad en mi vecindario					
35.33	La tasa de criminalidad en mi vecindario hace que sea inseguro ir a caminar o pasear durante la noche					
35.34	Mi vecindario es lo suficientemente seguro como para dejar que un niño de 10 años o adultos mayores puedan caminar alrededor de mi cuadra solos durante el día					
35.35	Los parques y colonias que hay cerca de mi casa tienen rejas y bardas que los hacen más seguros					
35.36	Sería mejor que no hubiera cercas, para poder entrar por cualquier parte a los parques o colonias de mi barrio.					
35.37	Los parques que hay en mi barrio cuentan con juegos infantiles					
35.38	Los parques que hay en mi barrio cuentan con canchas deportivas					

PARA LLENAR POR EL ENCUESTADOR

- Sexo del encuestador: ____1.1) Femenino____1.2) Masculino.
- ¿Quién ha contestado la encuesta en su mayoría?
____2.1). El adulto mayor en su totalidad____2.2). El adulto mayor con la ayuda de otra persona
- ¿Aproximadamente cuánto tiempo se llevó aplicar la encuesta?
____3.1). Menos de 20 min. ____3.2). Entre 20 y 30 minutos____3.3). Entre 31 y 40 min.
____3.4). Entre 41-50 minutos____3.5). Entre 51-60 minutos____3.6). Entre 60 y 90 min.
____3.7). Más de 90 min. _____
- ¿Qué dificultades encontró para aplicar la encuesta?
____4.1). La persona mayor batallaba para entender las preguntas
____4.2). Había una tercera persona interviniendo
____4.3). Ninguna
____4.4). Otras _____
- ¿Cómo fue recibido el encuestador?
____5.1). La persona mayor estaba muy interesada
____5.2). La persona mayor estaba medianamente interesada
____5.3). La persona mayor no estaba interesada
____5.4). Otras _____

II. Tabulación de respuestas del pilotaje

III. Tabla de correlaciones

HW	Variables	Intercept	Waves 1-2	Waves 3-4	Waves 5-6	Waves 7-8	Waves 9-10	Waves 11-12	Waves 13-14	Waves 15-16	Waves 17-18	Waves 19-20	Waves 21-22	Waves 23-24	Waves 25-26	Waves 27-28	Waves 29-30	Waves 31-32	Waves 33-34	Waves 35-36	Waves 37-38	Waves 39-40	Waves 41-42	Waves 43-44	Waves 45-46	Waves 47-48	Waves 49-50	Waves 51-52	Waves 53-54	Waves 55-56	Waves 57-58	Waves 59-60	Waves 61-62	Waves 63-64	Waves 65-66	Waves 67-68	Waves 69-70	Waves 71-72	Waves 73-74	Waves 75-76	Waves 77-78	Waves 79-80	Waves 81-82	Waves 83-84	Waves 85-86	Waves 87-88	Waves 89-90	Waves 91-92	Waves 93-94	Waves 95-96	Waves 97-98	Waves 99-100	Waves 101-102	Waves 103-104	Waves 105-106	Waves 107-108	Waves 109-110	Waves 111-112	Waves 113-114	Waves 115-116	Waves 117-118	Waves 119-120	Waves 121-122	Waves 123-124	Waves 125-126	Waves 127-128	Waves 129-130	Waves 131-132	Waves 133-134	Waves 135-136	Waves 137-138	Waves 139-140	Waves 141-142	Waves 143-144	Waves 145-146	Waves 147-148	Waves 149-150	Waves 151-152	Waves 153-154	Waves 155-156	Waves 157-158	Waves 159-160	Waves 161-162	Waves 163-164	Waves 165-166	Waves 167-168	Waves 169-170	Waves 171-172	Waves 173-174	Waves 175-176	Waves 177-178	Waves 179-180	Waves 181-182	Waves 183-184	Waves 185-186	Waves 187-188	Waves 189-190	Waves 191-192	Waves 193-194	Waves 195-196	Waves 197-198	Waves 199-200	Waves 201-202	Waves 203-204	Waves 205-206	Waves 207-208	Waves 209-210	Waves 211-212	Waves 213-214	Waves 215-216	Waves 217-218	Waves 219-220	Waves 221-222	Waves 223-224	Waves 225-226	Waves 227-228	Waves 229-230	Waves 231-232	Waves 233-234	Waves 235-236	Waves 237-238	Waves 239-240	Waves 241-242	Waves 243-244	Waves 245-246	Waves 247-248	Waves 249-250	Waves 251-252	Waves 253-254	Waves 255-256	Waves 257-258	Waves 259-260	Waves 261-262	Waves 263-264	Waves 265-266	Waves 267-268	Waves 269-270	Waves 271-272	Waves 273-274	Waves 275-276	Waves 277-278	Waves 279-280	Waves 281-282	Waves 283-284	Waves 285-286	Waves 287-288	Waves 289-290	Waves 291-292	Waves 293-294	Waves 295-296	Waves 297-298	Waves 299-300	Waves 301-302	Waves 303-304	Waves 305-306	Waves 307-308	Waves 309-310	Waves 311-312	Waves 313-314	Waves 315-316	Waves 317-318	Waves 319-320	Waves 321-322	Waves 323-324	Waves 325-326	Waves 327-328	Waves 329-330	Waves 331-332	Waves 333-334	Waves 335-336	Waves 337-338	Waves 339-340	Waves 341-342	Waves 343-344	Waves 345-346	Waves 347-348	Waves 349-350	Waves 351-352	Waves 353-354	Waves 355-356	Waves 357-358	Waves 359-360	Waves 361-362	Waves 363-364	Waves 365-366	Waves 367-368	Waves 369-370	Waves 371-372	Waves 373-374	Waves 375-376	Waves 377-378	Waves 379-380	Waves 381-382	Waves 383-384	Waves 385-386	Waves 387-388	Waves 389-390	Waves 391-392	Waves 393-394	Waves 395-396	Waves 397-398	Waves 399-400	Waves 401-402	Waves 403-404	Waves 405-406	Waves 407-408	Waves 409-410	Waves 411-412	Waves 413-414	Waves 415-416	Waves 417-418	Waves 419-420	Waves 421-422	Waves 423-424	Waves 425-426	Waves 427-428	Waves 429-430	Waves 431-432	Waves 433-434	Waves 435-436	Waves 437-438	Waves 439-440	Waves 441-442	Waves 443-444	Waves 445-446	Waves 447-448	Waves 449-450	Waves 451-452	Waves 453-454	Waves 455-456	Waves 457-458	Waves 459-460	Waves 461-462	Waves 463-464	Waves 465-466	Waves 467-468	Waves 469-470	Waves 471-472	Waves 473-474	Waves 475-476	Waves 477-478	Waves 479-480	Waves 481-482	Waves 483-484	Waves 485-486	Waves 487-488	Waves 489-490	Waves 491-492	Waves 493-494	Waves 495-496	Waves 497-498	Waves 499-500	Waves 501-502	Waves 503-504	Waves 505-506	Waves 507-508	Waves 509-510	Waves 511-512	Waves 513-514	Waves 515-516	Waves 517-518	Waves 519-520	Waves 521-522	Waves 523-524	Waves 525-526	Waves 527-528	Waves 529-530	Waves 531-532	Waves 533-534	Waves 535-536	Waves 537-538	Waves 539-540	Waves 541-542	Waves 543-544	Waves 545-546	Waves 547-548	Waves 549-550	Waves 551-552	Waves 553-554	Waves 555-556	Waves 557-55
----	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	--------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------------	--------------

IV. Análisis de componentes principales. Factors Score.

NV	Colonia	Factor 1	Factor 2
1	20 DE NOVIEMBRE	0.79128456	1.113294857
2	ADOLFO PRIETO	-1.408521576	-0.314754798
3	ALAMEDA DE LA HACIENDA	-0.043606586	0.190790833
4	ALIANZA	-1.408521576	-0.314754798
5	ALTA VISTA	0.225352282	0.286315992
6	ARBOLEDAS DE NUEVA LINDA VISTA	0.316879503	1.35748593
7	ARBOLEDAS DE SANTA CECILIA	-0.558199894	-1.430645435
8	AZTECA	-0.014147327	-0.390341302
9	CAMINO REAL	-0.890794266	1.12566045
10	CENTRO	0.649473875	-1.198819955
11	CORTIJO LA SILLA	1.072539962	-0.648553625
12	DOS RIOS	-0.890794266	1.12566045
13	ESCAMILLA	1.524553272	1.589311409
14	FRACCIONAMIENTO AZTECA	0.773330344	0.491326228
15	FRESNOS	0.220139783	-1.387044246
16	FUENTES SAN MIGUEL	0.220139783	-1.387044246
17	GUADALUPE	-0.467200426	0.658225642
18	GUERRA	4.421835086	-0.915980549
19	HACIENDA	-0.203454057	-0.919609437
20	JARDINES DE ANDALUCÍA	-0.890794266	1.12566045
21	JARDINES DE LA PASTORA	-0.335327241	-0.130691898
22	LA PASTORA	-0.07631541	0.175120317
23	LA HACIENDA	-0.758921081	0.336742911
24	LA VICTORIA	-0.561333896	-1.249624415
25	LAS FLORES	-0.519079676	0.844922694
26	LAS TORRES	0.225352282	0.286315992
27	LINDA VISTA	2.371740952	0.654441792
28	LOS CRISTALES	-0.780754502	0.332315305
29	LOS ENCINOS	-0.043606586	0.190790833
30	MARTE	1.236821709	0.609966206
31	MIRADOR DE LA SILLA	2.371740952	0.654441792
32	MISIÓN LA SILLA	1.590267273	0.791861623
33	NUEVA AURORA	-0.225605522	-3.98695132
34	PUESTA DEL SOL	-0.390393842	-0.246510253
35	RANCHO VIEJO	-0.043606586	0.190790833
36	RIVERAS DE LINDA VISTA	-0.109320586	0.98824062

37	TOLTECA	2.189742016	-3.523300361
38	TORRES MOLINOS	0.220139783	-1.387044246
39	VICENTE GUERRERO	-1.408521576	-0.314754798
40	VILLA DEL SOL	2.371740952	0.654441792
41	VILLA OLÍMPICA	-0.726064081	-0.061981983
42	VILLAS DE SAN MIGUEL	-0.614343876	-0.349456656
43	1° DE MAYO	0.225352282	0.286315992
44	18 DE FEB	0.743079593	1.72673124
45	AGRÍCOLA	-1.408521576	-0.314754798
46	ALFONSO REYES	0.665687817	-0.468892901
47	ALIANZA	1.524553272	1.589311409
48	ANCON DEL HUAJUCO	-1.408521576	-0.314754798
49	ANTONIO CASO	-0.561333896	-1.249624415
50	AZTLÁN	-0.070224892	0.080565565
51	BALCONES ALTA VISTA	1.524553272	1.589311409
52	BARRIO PUESTA DEL SOL	-0.890794266	1.12566045
53	BERNARDO REYES	0.590690937	0.422913491
54	BUGANVILIAS	-0.109320586	0.98824062
55	BURÓCRATAS	0.457830319	0.92220694
56	CANTERAS	-0.627047897	-0.452174629
57	CEDROS	-0.266771776	0.137823484
58	CENTRAL	-0.890794266	1.12566045
59	CENTRO	0.371286697	0.228821938
60	CERRADAS DE CUMBRES	1.590267273	0.791861623
61	CHEPEVERA	-1.04297596	0.243338869
62	CONSTITUYENTES DEL 57	-0.890794266	1.12566045
63	CORTIJO DEL RIO	1.037076712	-1.086508851
64	CROC	-0.51270016	-0.386209897
65	CUAUHTÉMOC	0.555868157	-4.124371151
66	CUMBRES	0.234530499	-0.211249158
67	CUMBRES 2° SECTOR	-0.408833626	0.0541094
68	CUMBRES 3° SECTOR	-0.148602891	0.008348596
69	DIEZ DE MARZO	-1.408521576	-0.314754798
70	FERROCARRILERA	0.465181188	0.369205944
71	FIERRO	0.220139783	-1.387044246
72	FLORIDA	1.75813146	-0.57680183
73	FOMERREY	0.249980399	0.226127684
74	FOMERREY 115	0.225352282	0.286315992
75	HIDALGO	-0.890794266	1.12566045

76	INDEPENDENCIA	1.141185378	0.154823828
77	LA FLORIDA	-0.890794266	1.12566045
78	LA REPUBLICA	-0.561333896	-1.249624415
79	LAGOS DEL BOSQUE	-0.043606586	0.190790833
80	LAS LOMAS	-0.561333896	-1.249624415
81	LAS PUENTES 7° SECTOR	-0.627047897	-0.452174629
82	LOMA LINDA	-0.627047897	-0.452174629
83	LOS ALTOS	-0.890794266	1.12566045
84	LOS ROSALES	0.676978108	0.135488539
85	MEDEROS	-0.009223869	0.613397016
86	METROPLEX	-0.890794266	1.12566045
87	MIRADOR DE LAS MITRAS	1.854013642	-0.785973456
88	MISIÓN LINCOLN	0.648946122	-0.181118817
89	MITRAS CENTRO	-0.660127489	-0.456440752
90	NIÑO ARTILLERO	-0.726064081	-0.061981983
91	NUEVO REPUEBLO	1.557410272	1.190586516
92	PEDRO LOZANO	-0.890794266	1.12566045
93	PIO X	0.448752688	0.56856839
94	PROGRESO	2.371740952	0.654441792
95	REPUBLICA	-0.302470241	-0.529416791
96	RESIDENCIAL LAS PUENTES	1.072539962	-0.648553625
97	SAN BERNABÉ	-0.167990807	-0.481654212
98	SANTA CECILIA	0.220139783	-1.387044246
99	SANTA MARÍA	-0.131013662	-0.841327208
100	SARABIA	0.220139783	-1.387044246
101	SATÉLITE	-0.671044199	-0.458654555
102	TECNOLÓGICO	-0.594190897	-0.850899522
103	TOPO CHICO	0.010074757	0.741864119
104	TRABAJADORES	-1.408521576	-0.314754798
105	UNIDAD MODELO	0.268013321	0.467702964
106	URBIVILLA COLONIAL	-0.726064081	-0.061981983
107	VALLE DE CHAPULTEPEC	-0.984927736	-0.782189607
108	VALLE DE SAN MARTÍN	1.524553272	1.589311409
109	VALLE DE SANTA LUCIA	-0.635034619	0.34938682
110	VALLE DEL MARQUÉS	-0.890799443	1.125646046
111	VALLE ORIENTE	-0.890794266	1.12566045
112	VALLE SANTA LUCIA	-0.207420326	-0.825550762
113	VALLE VERDE	0.202573051	0.379679612
114	VILLA ALEGRE	0.872346528	0.101133582

115	VILLA DE LAS FUENTES	-0.627047897	-0.452174629
116	VILLA SOL	-0.627047897	-0.452174629
117	VILLAS DE ANÁHUAC	-0.726064081	-0.061981983
118	VISTA HERMOSA	-0.071234165	0.05416793
119	ABOLEDAS DE SAN JORGE	-0.268271351	-0.380897511
120	ANÁHUAC	-0.571888874	0.885842951
121	CHAPULTEPEC	-0.890794266	1.12566045
122	CUAUHTÉMOC	-0.129962237	-0.113163796
123	HACIENDA LOS MORALES	-0.890794266	1.12566045
124	LAS PUENTES	-0.179831145	-0.265505226
125	PASEO DE LAS PUENTES	-1.408521576	-0.314754798
126	RECIDENCIAL LAS PUENTES	-0.627047897	-0.452174629
127	RESIDENCIAL PUENTES	-1.408521576	-0.314754798

V. Matriz de autores seleccionados

AUTOR/ES	TÍTULO	METODOLOGÍA	CONCEPTOS	RESULTADOS
Iwarsson, Isacson, Lanke, 1998	ADL dependence in the elderly population living in the community: the influence of functional limitations and physical environmental demand	Análisis estadístico	Competencia funcional y factores ambientales.	La vivienda inaccesible, es un problema relacionado con la dependencia de ADL de los ancianos y su incapacidad funcional.
Iwarsson y Stahl, 2003	“Accessibility, Usability and Universal Design- Positioning and Definition of Concepts Describing Person-environment Relationships”.	Revisión bibliográfica	Accesibilidad, usabilidad y diseño universal.	Definición de accesibilidad; El diseño universal se destaca como un concepto.
Iwarsson, 2005	A Long-Term Perspective on Person-Environment Fit and ADL Dependence Among Older Swedish Adults	Entrevista	Accesibilidad, Docilidad, Limitaciones funcionales, Evaluación domiciliaria, Terapia ocupacional.	Los problemas de ajuste, así como la dependencia de ADL aumentaron desde la línea de base hasta el seguimiento.
Hovbrandt, Stahl, Iwarsson, Horstmann, Carlsson, 2007	Very old people's use of the pedestrian environment: functional limitations, frequency of, activity and environmental demands	Encuesta postal	Promoción de la salud, Barrio, Antiguo.	Las personas muy ancianas con limitaciones funcionales, físicas o cognitivas, están más insatisfechas que quienes tienen menos limitaciones funcionales.
Stahal, Carlsson, Hovbrandt, Iwarsson, 2008	Let's go for a walk!': identification and prioritization of accessibility and safety measures involving elderly people in a residential area.	Método mixto	Entorno al aire libre, Peatones Urbanismo, Participación, Movilidad comunitaria.	Muestra cómo los ancianos, pueden contribuir, a plantear lo que se debe hacer para aumentar la accesibilidad y la seguridad en su entorno exterior.
Rantakokko, Mänty, Iwarsson, Törmäkangas, Leinonen, Heikkinen, Rantanen, 2009	Fear of Moving Outdoors and Development of Outdoor Walking Difficulty in Older People	Encuesta domiciliaria Reporte de autoinforme	Persona-ambiente, caídas en interiores.	Los participantes que reportaron caídas, tienden a ser más frágiles que los que no caen.

Holland, Peace, Kellaher, 2002	Environment and identity in later life: a cross-setting study.	Discusión de grupo, Entrevista individual	Auto-identidad, espacio hogareño, entorno social, identidades en los grupos de personas.	Una vida de calidad, es aquella en la que, una serie de focos clave de interés, hacen las conexiones que sustentan el bienestar y la identidad con su ambiente de los adultos mayores.
Holland, Clark, Katz, Peace, 2007	Social interactions in urban public places	Observación no participante, encuesta, entrevista	Espacios públicos, área urbana, interacción generacional, uso del espacio.	Los espacios "flojos", son todos inevitables y necesarios en el proceso de hacer lugar.
Rantakokko, Mänty, Iwarsson, Törmäkangas, Leinonen, Heikkinen, Rantanen, 2009	Fear of Moving Outdoors and Development of Outdoor Walking Difficulty in Older People	Análisis transversal, Estudio de cohortes prospectivo observacional	Miedo de moverse al aire libre; dificultad para caminar; ambiente; envejecimiento.	El temor de los AM moverse al aire libre, aumenta al caminar 0,5 km y 2 km. Aliviar este miedo, es importante para prevenir la discapacidad.
Rantakokko, Iwarsson, Hirvensalo, Leinonen, Heikkinen, Rantanen, 2010	Unmet Physical Activity Need in Old Age	Estudio de cohortes prospectivo observacional y análisis transversal.	Necesidad insatisfecha; actividad física; ambiente; envejecimiento.	La insatisfacción con necesidad de actividad física, es común en las personas mayores; debe promoverse la igualdad de oportunidades para participar, en la actividad física.
Rantakokko, Iwarsson, Kauppinen, Leinonen, 2010	Quality of Life and Barriers in the Urban Outdoor Environment	Transversal	Calidad de vida; Ambiente al aire libre.	Un entorno, que obstaculiza la movilidad, aumenta la percepción de miedo y se asocia con la mala calidad de vida en los AM.
Rantakokko, 2011	Outdoor Environment, Mobility Decline and Quality of Life Among Older People	Este estudio se basa en datos basales y datos de seguimiento, del grupo de control.	Barreras percibidas, ambiente al aire libre, miedo a moverse al aire libre.	La reducción de las barreras en el entorno al aire libre, puede ayudar a las personas mayores a mantener la movilidad al aire libre,
Portegijs, Rantakokko, Mikkola, Viljanen, Rantanen, 2014	Association Between Physical Performance and Sense of Autonomy in Outdoor Activities and Life-Space Mobility in Community-Dwelling Older People	Análisis transversal, Estudio de cohortes	Limitación de la movilidad; participación; funcionamiento físico; actividad; envejecimiento.	Los factores físicos y psicosociales desempeñan un papel en el mantenimiento, de la movilidad en la vejez.

Sánchez, 2009	Geografía del envejecimiento vulnerable y su contexto ambiental en la ciudad de Granada: discapacidad, dependencia y exclusión social	Análisis de bases de datos, encuesta desarrollo de mapas a nivel de barrio y sección.	Envejecimiento demográfico, vulnerabilidad, dependencia, contexto, ambiental, servicios sociales, planificación gerontológica, geografía del envejecimiento, Granada.	El envejecimiento plantea complejas relaciones socio-espaciales con el entorno.
Sánchez, Cortés, 2016	Espacios públicos atractivos en el envejecimiento activo y saludable. El caso del mercado de Terán, Aguascalientes (México)	Encuesta, monitoreo con sensores ambientales, (iluminación, temperatura, humedad relativa, ruido, dióxido de carbono y monóxido de carbono).	Atractividad	El crecimiento urbano, agrava las condiciones ambientales y los problemas de salud de la población mayor.
Sánchez, Rodríguez, Adame, 2016	Entorno natural cotidiano y envejecimiento activo y saludable en el lugar	Revisión de la literatura internacional.	Entornos naturales, vida cotidiana, envejecimiento activo.	Debe repensarse nuestra relación con la naturaleza. Se deben diseñar propuestas sostenibles, para propiciar entornos amigables.
Kumar, 2015	Violence against Elderly Migrants and Its Consequences	Enfoque cuantitativo (encuesta estructurada).	Violencia, personas mayores.	Las personas mayores emigran la ciudad en busca mejora su económica, trabajan en sectores informales. Sufren violencia, abandono y abuso financiero que afecta en su salud.
Bassuk, Glas, Berkman, 1999.	Social disengagement and incident cognitive decline in community-dwelling elderly persons.	Estudio de cohortes	Compromiso social	La desconexión social, es un factor de riesgo para el deterioro cognitivo, entre las personas mayores.

Kaczynski, Henderson, 2007	Environmental Correlates of Physical Activity: A Review of Evidence about Parks and Recreation	Recuperación de información de bases de datos.	Vida activa, actividad física, modelos sociales ecológicos.	Sobre la importancia de la proximidad a pie, fue difícil, debido a los resultados mixtos y la gran variedad de descriptores.
Keysor, Jette, 2001	Have we oversold the benefit of late-life exercise? Journals of Gerontology	Una revisión de la literatura	Ejercicio de vida tardía	El ejercicio tardío mejora la fuerza, la capacidad aeróbica, la flexibilidad y la función física.

Weuve, Kang, Manson, Breteker, Ware, Grodstein, 2004	Physical activity, including walking, and cognitive function in older women.	Cuestionarios bienales, enviados por correo, regresión lineal.	Actividad física, bienestar, mujeres.	La actividad física regular a largo plazo, incluido el andar, se asocia con una función cognitiva significativamente mejor y un menor declive cognitivo en las mujeres mayores.
Chaudhury, Olivera, Badlandb, Garrett, Wittend, 2016	Using the Public Open Space Attributable Index tool to assess children's public open space use and access by independent mobility	Los datos se obtuvieron de diarios de viajes y entrevistas telefónicas con los padres de familia.	Viajes activos, herramienta de auditoría, entorno construido, vecindarios, Nueva Zelanda.	Con la POSAI, una medida combinada de calidad y cantidad para examinar asociaciones entre POS y CIM La herramienta POSAI no mostró asociaciones significativas.
Takano, Nakamura, Watanabe, 2002	Urban residential environments and senior citizens longevity in megacity areas: the importance of walkable green spaces	Estudio de cohortes. En Tokio, en relación con las características ambientales residenciales de referencia y las personas que ahí habitan en 1992.	Calles verdes accesibles a pie, espacios cerca de la residencia.	Después de controlar los efectos de la edad, el sexo, el estado civil y el nivel socioeconómico de los residentes, el factor de calles verdes y espacios cerca de las residencias mostró un significativo valor predictivo, para la supervivencia de los adultos mayores urbanos

Sugiyama, Francis, Middleton, Owen, Giles, 2010	Associations Between Recreational Walking and Attractiveness, Size, and Proximity of Neighborhood Open Spaces	Datos de auditoría del parque y sistemas de información geográfica para identificar la NOS más atractiva, más grande y más cercana dentro de un radio de 1,6 km desde la ubicación residencial de cada participante. El análisis de regresión se utilizó para examinar los atributos (atractivo, tamaño y proximidad) de estos espacios abiertos y sus asociaciones con el paseo recreativo de los participantes.	Adultos, Australia, caminata recreativa, vecindarios.	Para los adultos, la presencia de un parque grande y de alta calidad a poca distancia de su hogar, puede ser muy importante, para promover una cantidad suficiente de paseos caminando, y así obtener beneficios para la salud, que la presencia de un espacio abierto en una distancia más corta.
Frank, Kerr, Rosenberg, King, 2010	Healthy Aging and Where You Live: Community Design Relationships with Physical Activity and Body Weight in Older Americans	Los datos de la encuesta de SMARTRAQ (región de Atlanta) proporcionaron medidas de PA, BMI, SES y patrones de viaje. El diseño del vecindario se midió utilizando el índice de caminabilidad, cuadrado Chi y la regresión se utilizó para evaluar las relaciones.	Ambiente construido, crecimiento suburbano, ancianos, envejecimiento.	Las políticas son necesarias para acercar a los estadounidenses mayores a tiendas y servicios y establecimientos de alimentos saludables como un medio para fomentar el caminar regular y el peso corporal saludable.

White, King, Sallis, Frank, Saelens, Conway, Cain, Kerr, 2015	Caregiving, Transport-Related, and Demographic Correlates of Sedentary Behavior in Older Adults: The Senior Neighborhood Quality of Life Study	El promedio de tiempo sedentario diario se midió mediante acelerómetro.	Comportamiento sedentario, actividad física, adultos mayores, ancianos.	En los modelos multivariados, poseer un perro y ser conductor fue asociado con un tiempo menos sedentario ($p \leq 0,01$). El estado educativo y la región geográfica modificaron la asociación entre la propiedad del perro y el tiempo sedentario, y la edad modificó la asociación, entre el estado del conductor y el tiempo sedentario.
Mahmooda, Chaudhury, Michael, Campo, Hay, Sarte, 2012	A photovoice documentation of the role of neighborhood physical and social environments in older adults' physical activity in two metropolitan areas in North America.	Actividad física en un vecindario que envejece. Comportamiento de salud. Factores sociales del ambiente físico. Fotovoz Canadá Estados Unidos de América.	Vecindario, envejecimiento, actividad física, comportamiento sano, medio ambiente físico, factores sociales, fotovoz, Canadá, USA.	Se demostró que los entornos social y físico tienen influencia sobre la actividad física de los adultos mayores siendo mediante el método de fotovoz.
Treviño, 2016	Mapa y jerarquía espacial de la Pobreza en México. Un Nuevo Procedimiento para identificar el patrón espacial de los Problemas Sociales * Cartografía de la pobreza y su jerarquía espacial en México. Un nuevo método para identificar el patrón espacial de los problemas sociales	El método propuesto combina simultáneamente las variables de magnitud e intensidad en base a recientes (bootstrapping y autocorrelación espacial) y las técnicas estadísticas tradicionales, y las rutinas de superposición de Sistemas de Información Geográfica.	Dimensión espacial, pobreza, jerarquía espacial, magnitud de intensidad México, problema social.	El estudio de la dimensión espacial de la pobreza, en general, y la identificación de su jerarquía espacial, en particular, importa por las siguientes razones

VI. Matriz de operacionalización de variables

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES				
Variables	Definición Conceptual	Indicadores	Definición instrumental	Definición operacional
Espacio público	Se llama espacio público , al espacio de propiedad pública (estatal), dominio y uso público . Es el lugar donde cualquier persona tiene el derecho a circular en paz y armonía, donde el paso no puede ser restringido por criterios de propiedad privada, y excepcionalmente por reserva gubernamental.	ACC) La accesibilidad: se refiere a la medida en que las calles o lugares públicos, permiten que las personas mayores lleguen, entrar, las utilicen y caminar alrededor de lugares que necesitan o desean visitar, independientemente de su estado físico, sensorial o mental. Las calles o lugares públicos, accesibles cuentan con servicios locales y las instalaciones necesarias, están conectados entre sí, tienen aceras anchas y planas y cruces de peatones controlados por señales de nivel del suelo. (Burton Elizabeth 2006) CONF) El confort: se refiere a la medida en que las calles o lugares públicos, permiten a las personas visitar lugares de su elección, sin tener inconvenientes ya sean físicos o mentales y para disfrutar de estar fuera de la casa. Que las calles o lugares públicos, sean cómodos, tranquilos, acogedores y amigables para los peatones. Con los servicios y las instalaciones requeridas por las personas mayores y las personas que experimentan incapacidad temporal o permanente. (Burton Elizabeth 2006)	6- Las calles de mi barrio tienen muchos callejones sin salida	Escala Likert: 5. Siempre, 4. Casi siempre, 3. Algunas veces, 2. Casi nunca, 1. Nunca
			2- Las tiendas están a poca distancia a pie de mi casa	
			4- En las calles y parques de mi barrio hay muchas pendientes, esto dificulta el caminar	
			5- Hay muchos obstáculos en mi barrio, hay pocas rutas para llegar de un lugar a otro	
			11- Hay hierba / basura que obstaculiza las calles y las aceras de mi barrio	
			29- Hay cruces peatonales para ayudar a los caminantes a cruzar las calles en mi barrio	
			13- Hay árboles a lo largo de las calles de mi barrio	
			21- En los parques y banquetas de mi barrio hay lugares para resguardarme del sol y la lluvia (además de los árboles)	
			7- Hay banquetas en la mayoría de las calles de mi barrio	
			8- Hay caminos pavimentados para pasear en los parques de mi barrio	
			14- Los árboles dan sombra para las banquetas en mi barrio	
			20- Hay bancas para descansar en los parques de mi barrio	
			21- En los parques y banquetas de mi barrio hay lugares para resguardarme del sol y la lluvia (además de los árboles)	
			4- En las calles y parques de mi barrio hay muchas pendientes, esto dificulta el caminar	
			18- Hay muchos atractivos naturales en mi barrio	

		<p>SEG) La seguridad: se refiere al grado en que las calles o lugares públicos, permiten a las personas usar, disfrutar y moverse por el entorno exterior sin temor a tropezar o caer, ser atropellado o ser atacado. Las calles o lugares públicos, seguros tienen edificios que ofrecen, carriles para bicicletas amplios y separados de las áreas peatonales, caminos bien iluminados, llanos, lisos y antiderrapantes. (Burton Elizabeth 2006)</p>	<p>35- Los parques y colonias que hay cerca de mi casa tienen rejas y bardas que los hacen más seguros</p> <p>10- Las banquetas y caminos que hay en los parques y calles de mi barrio están rotas y hay pozos que dificultan caminar por ellas</p> <p>22- En los parques y calles de mi barrio tengo acceso a servicios de ayuda</p> <p>23- Hay teléfonos para comunicarme si lo necesito, en los parques de mi barrio</p> <p>33- La tasa de criminalidad en mi vecindario hace que sea inseguro ir a caminar o pasear durante la noche</p> <p>25- La velocidad del tráfico en la calle en la que vivo es por lo general lenta</p> <p>26- La mayoría de los conductores superan los límites fijados de velocidad en mi barrio</p> <p>31- Al caminar en mi barrio hay mucho humo de los escapes de los autos</p> <p>27- Mi vecindario está bien iluminado por la noche</p>	<p>Escala Likert:</p> <p>5. Siempre,</p> <p>4. Casi siempre,</p> <p>3. Algunas veces,</p> <p>2. Casi nunca,</p> <p>1. Nunca</p>
--	--	---	--	---

Envejecimiento activo	La OMS define en envejecimiento activo como el proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con el fin de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen. El envejecimiento activo se aplica tanto a los individuos como a los grupos de población.	SF) Salud física: adaptación física del hombre al medio ambiente (Floreal Ferrara, 1975)	1- Puedo hacer la mayor parte de mis compras en tiendas locales	Escala Likert: 5. Siempre, 4. Casi siempre, 3. Algunas veces, 2. Casi nunca, 1. Nunca
			16- Mi vecindario está generalmente libre de basura	
			24- Hay tanto tráfico a lo largo de las calles cercanas que hace difícil o desagradable caminar en mi barrio	
			38- Lo parques que hay en mi barrio cuentan con canchas deportivas	
		SM) Salud mental: La salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad. (OMS)	3- Es fácil caminar a una parada de (taxi, autobús, tren) desde mi casa para llegar a los lugares para pasear y viceversa	
			9- Es fácil llegar a senderos para bicicletas o peatones cerca de mi Barrio	
			31- Al caminar en mi barrio hay mucho humo de los escapes de los autos	
			15- Hay muchas cosas interesantes para mirar al caminar en mi colonia	
			19- Hay paisajes atractivos en mi barrio	
			30- Los cruces en mi vecindario ayudan a los caminantes a sentirse seguros cruzando calles concurridas	
			36- Sería mejor que no hubiera cercas, para poder entrar por cualquier parte a los parques o colonias de mi barrio.	
		SS) Salud social, aquellos factores que propician que el hombre pueda convivir con un equilibrio psicodinámico, con satisfacción de sus necesidades respecto a las personas que forman parte de su entorno social y también con sus aspiraciones. (OMS)	12- Es seguro andar en bicicleta o caminar en o cerca de mi vecindario	
			15- Hay muchas cosas interesantes para mirar al caminar en mi colonia	
			17- Las personas que hay en mi barrio son amables y me auxilian si necesito ayuda	
			28- Caminantes y ciclistas en las calles de mi barrio pueden ser vistos fácilmente por la gente desde sus hogares	
			32- Hay una alta tasa de criminalidad en mi vecindario	
			34- Mi vecindario es lo suficientemente seguro como para dejar que un niño de 10 años o adultos mayores puedan caminar alrededor de mi cuadra solos durante el día	
			37- Lo parques que hay en mi barrio cuentan con juegos infantiles	

VII Cuadro 2. 1. Sumario de los principales autores y las características de sus trabajos

<i>Autor/ es/ año</i>	<i>Título</i>	<i>País de Estudio</i>	<i>Nivel Contextual</i>	<i>Método de Estudio</i>	<i>Tamaño de Muestra</i>	<i>Conceptos Evaluados</i>	<i>Resultados</i>
Iwarsson y Stahl, 2003	“Accessibility, Usability and Universal Design- Positioning and Definition of Concepts Describing Person-environment Relationships”.	Global/ Suecia	Unidades de Comunidad (países y ciudades)	Revisión Literaria	NA	Accesibilidad, usabilidad, diseño universal	Los conceptos evaluados fueron definidos para futuro desarrollo teórico.
Iwarsson, 2005	A Long-Term Perspective on Person-Environment Fit and ADL Dependence Among Older Swedish Adults	Suecia	Municipal	Entrevistas, observación y colección de datos en un periodo de 6 años	72	Encaje de persona y ambiente, actividades de vida diaria	Ambos conceptos aumentaron en problemas y dependencia a través de los años.
Hovbrandt, P., Stahal, A., Iwarsson, S., Horstmann, V., & Carlsson, G. (2007)	Very old people's use of the pedestrian environment: functional limitations, frequency of, activity and environmental demands	Suecia	Postal	Encuestas, métodos estadísticos datos ordinales y exámenes no paramétricos	97		

<i>Autor/ es/ año</i>	<i>Título</i>	<i>País de Estudio</i>	<i>Nivel Contextual</i>	<i>Método de Estudio</i>	<i>Tamaño de Muestra</i>	<i>Conceptos Evaluados</i>	<i>Resultados</i>
---------------------------	---------------	----------------------------	-----------------------------	--------------------------	----------------------------------	--------------------------------	-------------------

Stahal, Carlsson, Hovbrandt, Iwarsson, 2008	Let's go for a walk!': identification and prioritization of accessibility and safety measures involving elderly people in a residential area.	Suecia	Área Residencial	Método Mixto Creswell y Plano Clark 2007, encuestas y alcances cualitativo y cuantitativo	Primer Subestudio: 556, Segundo Subestudio: 150, Tercer Subestudio: 16	Accesibilidad y medidas de seguridad	El proyecto es de los pocos ejemplos de la involucración del usuario en investigación con propósitos de planeación social, mostrando como los adultos mayores en un área residencial pueden dar datos prácticos para mejorar la accesibilidad y la seguridad en el exterior.
Holland, Peace, Kellahe, 2002	Environment and identity in later life: a cross-setting study.	Bretaña	Ciudad, Pueblo, Villa	Discusiones grupales y entrevistas individuales	18	Identidad Propia, identidad en relación con otros, ambiente social, identidad de grupo	En la tercera edad, la calidad de vida es alcanzada cuando los adultos mayores pueden adoptar estrategias que les permiten tener una conexión con lo social en la vida diaria.
Holland, Clark, Katz, Peace, 2007	Social interactions in urban public places	Aylesbury, Inglaterra	Ciudad, Pueblo, Villa	Método Mixto Creswell y Plano Clark 2007, encuestas y alcances cualitativo y cuantitativo	46	Interacción de grupos sociales, uso de espacios públicos locales	Los espacios "flojos", son todos inevitables y necesarios en el proceso de hacer lugar.
Rantakokko, Mänty, Iwarsson, Törmäkangas, Leinonen, Heikkinen, Rantanen, 2009	Fear of Moving Outdoors and Development of Outdoor Walking Difficulty in Older People	Jyväskylä, Finland	Comunidad y centro de investigación	Estudio cohorte observador prospectivo y análisis transversal.	727	Miedo de moverse al aire libre; dificultad para caminar; ambiente; envejecimiento.	El temor de los AM moverse al aire libre, aumenta al caminar 0,5 km y 2 km. Aliviar este miedo, es importante para prevenir la discapacidad.
<i>Autor/ es/ año</i>	<i>Título</i>	<i>País de Estudio</i>	<i>Nivel Contextual</i>	<i>Método de Estudio</i>	<i>Tamaño de Muestra</i>	<i>Conceptos Evaluados</i>	<i>Resultados</i>

Rantakokk, 2011	Outdoor Environment, Mobility Decline and Quality of Life Among Older People	Jyva"skylä", Finland	Comunidad y centro de investigación	Este estudio se basa en datos basales y datos de seguimiento, del grupo de control	Base de datos: 727 Seguimiento: 314	Barreras percibidas, ambiente al aire libre, miedo a moverse al aire libre.	La reducción de las barreras en el entorno al aire libre puede ayudar a las personas mayores a mantener la movilidad al aire libre.
Portegijs, Rantakokko, Mikkola, Viljanen, Rantanen, 2014	Association Between Physical Performance and Sense of Autonomy in Outdoor Activities and Life-Space Mobility in Community-Dwelling Older People	Muurame Jyva"skylä", Finland	Municipal	Análisis transversal, Estudio de cohortes	848	Limitación de la movilidad; participación; funcionamiento físico; actividad; envejecimiento.	Los factores físicos y psicosociales desempeñan un papel en el mantenimiento, de la movilidad en la vejez.
Sánchez, 2009	Geografía del envejecimiento vulnerable y su contexto ambiental en la ciudad de Granada: discapacidad, dependencia y exclusión social	Granada, España	Municipal	Análisis de bases de datos, encuesta desarrollo de mapas a nivel de barrio y sección.	797	Envejecimiento demográfico, vulnerabilidad, dependencia, contexto, ambiental, servicios sociales, planificación gerontológica, geografía del envejecimiento, Granada	El envejecimiento plantea complejas relaciones socioespaciales con el entorno.
Sánchez, Rodríguez, Adame, 2016	Entorno natural cotidiano y envejecimiento activo y saludable en el lugar	NA	Global	Revisión de la literatura internacional.	NA	Entornos naturales, vida cotidiana, envejecimiento activo.	Debe repensarse nuestra relación con la naturaleza. Se deben diseñar propuestas sostenibles, para propiciar entornos amigables.
Kaczynski, Henderson, 2007	Environmental Correlates of Physical Activity: A Review of Evidence about Parks and Recreation	NA	Global	Recuperación de información de bases de datos.	NA (50 estudios)	Vida activa, actividad física, modelos sociales ecológicos.	Sobre la importancia de la proximidad a pie, fue difícil, debido a los resultados mixtos y la gran variedad de descriptores.
<i>Autor/ es/ año</i>	<i>Título</i>	<i>País de Estudio</i>	<i>Nivel Contextual</i>	<i>Método de Estudio</i>	<i>Tamaño de Muestra</i>	<i>Conceptos Evaluados</i>	<i>Resultados</i>

Keysor, Jette, 2001	Have we oversold the benefit of late-life exercise? Journals of Gerontology	NA	Global	Una revisión de la literatura	NA (31 estudios)	Ejercicio de vida tardía	El ejercicio tardío mejora la fuerza, la capacidad aeróbica, la flexibilidad y la función física.
Weuve, Kang, Manson, Bretele, War, Gr odstein, 2004	Physical activity, including walking, and cognitive function in older women.	USA	Estados, País	Cuestionarios bienales, enviados por correo, regresión lineal.	18766	Actividad física, bienestar, mujeres.	La actividad física regular a largo plazo, incluido el andar, se asocia con una función cognitiva significativamente mejor y un menor declive cognitivo en las mujeres mayores.
Takano, Nakamura, Watanabe, 2002	Urban residential environments and senior citizens longevity in megacity areas: the importance of walkable green spaces	Tokio, Japón	Ciudad	Estudio de cohortes. En Tokio, en relación con las características ambientales residenciales de referencia y las personas que ahí habitan en 1992.	3144	Calles verdes accesibles a pie, espacios cerca de la residencia.	Después de controlar los efectos de la edad, el sexo, el estado civil y el nivel socioeconómico de los residentes, el factor de calles verdes y espacios cerca de las residencias mostró un significativo valor predictivo, para la supervivencia de los adultos mayores urbanos.

<i>Autor/ es/ año</i>	<i>Título</i>	<i>País de Estudio</i>	<i>Nivel Contextual</i>	<i>Método de Estudio</i>	<i>Tamaño de Muestra</i>	<i>Conceptos Evaluados</i>	<i>Resultados</i>
---------------------------	---------------	----------------------------	-----------------------------	------------------------------	----------------------------------	--------------------------------	-------------------

White, King, Sallis, Frank, Saelens, Conway, Cain, Kerr, 2015	Caregiving, Transport-Related, and Demographic Correlates of Sedentary Behavior in Older Adults: The Senior Neighborhood Quality of Life Study	Baltimore, Maryland-Washington, Seattle Washington	Ciudad, Estado	El promedio de tiempo sedentario diario se midió mediante acelerómetro.	861	Comportamiento sedentario, actividad física, adultos mayores, ancianos.	En los modelos multivariados, poseer un perro y ser conductor fue asociado con un tiempo sedentario ($p \leq 0,01$). El estado educativo y la región geográfica modificaron la asociación entre la propiedad del perro y el tiempo sedentario, y la edad modificó la asociación, entre el estado del conductor y el tiempo sedentario.
Chaudhury Habib, Campo Michael, Michael Yvonne L., Mahmood Atiya. (2016).	<i>Neighborhood environment and physical activity in older adults</i> . Social Science & Medicine 149 104e113.	Vancouver, Canadá & Portland, USA	Barrios	Encuesta transversal telefónica	434 en 8 barrios en las dos ciudades	Medio ambiente en el barrio, actividad física en AM	La casa y el medio ambiente físico inmediato en contexto tienen relevancia potencialmente importante en el soporte a la actividad física en adultos mayores. Los aspectos sociales en el barrio tienen influencia positiva en niveles de actividad.

Fuente: Cano-Gutiérrez (2017). Elaboración propia